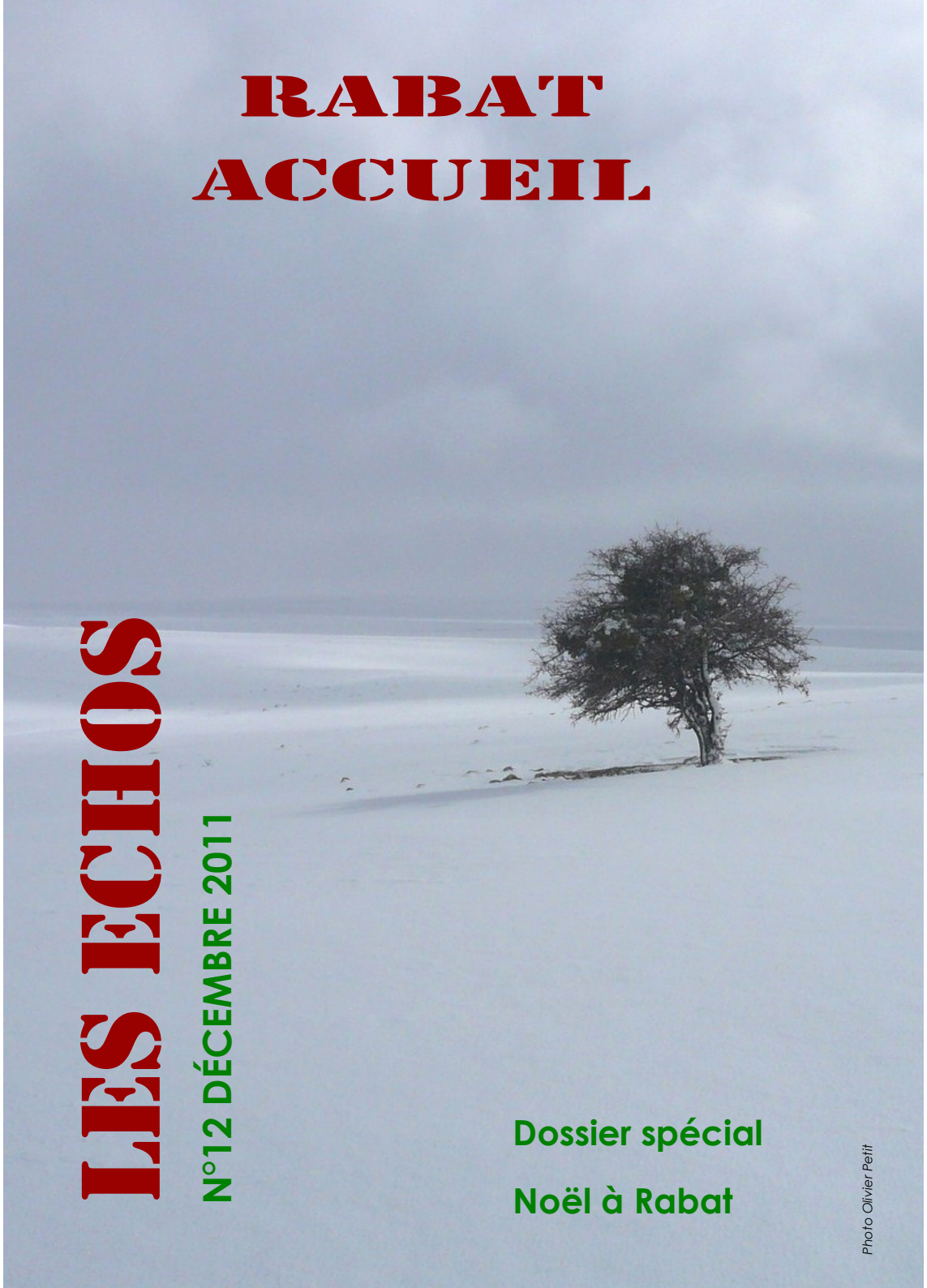
RABAT ACCUEIL



LES ECHOS

N°12 DÉCEMBRE 2011

Dossier spécial

Noël à Rabat

Photo Olivier Petit

éducation & territoires MAGHREB

Tarif préférentiel pour les adhérants de RABAT ACCUEIL

INITIATION AU DARIJA ARABE DIALECTAL

APPRENDRE A ...

- SE PRÉSENTER
- FAIRE DES ACHATS
- EXPRIMER SES GOÛTS
- DEMANDER UN RENSEIGNEMENT
- FIXER UN RENDEZ-VOUS

Méthode communicative orientée sur le développement d'une compétence en production et en compréhension orale.

Une équipe franco-marocaine.
Des méthodes éprouvées dans l'enseignement des langues étrangères.
Une approche interculturelle motivante.
Une ambiance conviviale dans un cadre agréable.

TROIS MODULES DE 30 HEURES EN FONCTION DU NIVEAU

Cours en journée, soirée et le samedi

- 1ère session Oct.- Janv. / Inscription en septembre
- 2ème session Fev.- Mai. / Inscription en janvier
- 3ème session juillet. / Inscription en juin

Lancement en cours d'année à la demande

LE LABEL QUALITE ETM

TÉL: 0537730060 / EMAIL: vforgemont@etm.ma / SITE WEB : www.etm.ma
14, ZANKAT YOUGOSLAVIA - RABAT
CENTRE VILLE (EN FACE DU JARDIN BAB BOUIBA – PRÈS DU CINÉMA LE ROYAL)

Au lendemain de l'assemblée générale, nous sommes en train de boucler le journal.

C'est l'occasion pour moi de revenir sur cette assemblée qui est un moment important dans la vie de notre jeune association. Votre présence, vos votes sont fondamentaux car ce sont eux qui donnent à l'équipe du bureau sa légitimité. De ce point de vue, la tenue de l'assemblée générale est impérative. Au delà, c'est pour toute l'équipe du bureau qui prépare cette réunion, l'occasion de vous présenter le travail de toutes les bénévoles, c'est également pour vous l'occasion de prendre conscience que la somme de toutes les bonnes volontés qu'elles donnent quelques heures ou des semaines entières permet d'arriver à un résultat .. plutôt chouette !

Dans ce journal, vous trouverez un rappel de ce qui s'est passé au cours de ce premier trimestre qui est passé si vite. Vous aurez, par ailleurs, un petit aperçu tout en images de l'Aïd. Enfin nous avons aussi voulu vous aider à préparer Noël que vous restiez ici ou non!
Alors, bonne lecture et au nom des 35 bénévoles de Rabat Accueil, bonnes fêtes de fin d'année.

Karine Arnulf

MAROCTIRAGE

Imprimeur officiel
des Echos de Rabat Accueil
N° 36 Rue Sebou - Agdal Tel: 05 37 77 12 77/ 39 76

Sommaire

Editorial	P 3
Le Nouveau bureau	P 5
Rabat Accueil: Mode d'emploi	p 8 à 11
Qui vous accueille?	p 12
Charte	p 14
Ateliers et rencontres	p 15
Ca s'est passé à Rabat Accueil	p 18 à 43
Sur la toile	p 44
Au fait t'habites où?	p 46
Des nouvelles de la famille	p 47
Zoom culturel	p 48
Coin lecture (près du feu!)	p 50
Nos bonnes adresses et idées	p 52 à 54
Un journal..un métier	p 55 à 59
J'ai testé pour vous I	p 60
J'ai testé pour vous II	p 62 à 69
J'ai testé pour vous III	p 70 à 73
Dossier spécial Noël	p 74 à 88
Historiettes marocaines	p 89
Coté marché...Coté cuisine	p 90
Expo photos	p 92
Une petite page pub	p 94
Billet d'humeur	p 96
A noter	p 98

Les plumes et petites mains des Echos de ce mois-ci!

Le nouveau Bureau!

NOUVEAUTÉ

Présidente: Karine Arnulf
06 51 75 64 32

Vice-présidente: Galhiane de Wavrechin
06 61 94 47 94

Trésorière générale: Sybille La Fay
06 51 85 21 52

Trésorière adjointe: Emma Ramon
06 40 01 99 80

Secrétaire Générale et « Aide pour les maisons »:
Dorothée Petit
06 61 40 25 65

Secrétaire Générale adjointe
Nathalie Duboy-Royez
06 61 88 39 30

Responsable des rencontres: Tamara Bourles
06 61 76 06 65

Coordinatrice des ateliers: Alexia Turgis
06 41 98 02 11

Responsable Accueil dans les quartiers:
Carolina Teixeira
06 61 99 96 66

Responsable du journal:
Isabelle de Chateauvieux
06 51 87 22 75

Responsable du site internet:
Isabelle de Bodman
O6 61 50 27 48

Rabat Accueil est membre de la FIAFE (Fédération internationale des Accueils Français et francophones à l'étranger). La FIAFE propose aux expatriés un réseau mondial d'accueil et assure la liaison entre tous ces accueils. Nombreuses informations liées à l'expatriation sur son site : **www.fiafe.org**

team
one
recrute ses commerciaux
sédentaires
Vous justifiez d'un vécu en France de plusieurs années et vous maîtrisez parfaitement la culture et la langue française,
Vous êtes motivé(e) par ce métier, organisé(e) pour gérer un portefeuille client, déterminé(e) pour gagner de l'argent, convaincant(e) pour adapter votre discours et disponible rapidement,
Vous recherchez une société reconnue, un emploi stable, un salaire à la hauteur de votre talent,
Vous souhaitez profiter de vos week-ends en famille.
VOS AVANTAGES
• Contrat CDI + Avantages sociaux
• Salaire fixe 8000 dirhams net/mois
• Prime de rendement non plafonnée
• Primes diverses (Bienvenue, Assiduité, Parrainage)
• Horaire de travail : 39 h/semaine du lundi au vendredi
Envoyez-nous votre candidature à l'adresse suivante :
teamone@iso-sell.com
(référence à indiquer : PP04T1)
iso sell
CONTACT CENTER
Rejoignez-nous dans nos nouveaux bureaux de RABAT-AGDAL, vous évoluerez dans un cadre agréable et un environnement moderne.
www.iso-sell.com
shaya!

L'association Rabat Accueil a pour mission l'accueil et l'intégration des expatriés francophones à Rabat, ainsi que la création d'opportunités de rencontres et d'échanges entre ses membres. C'est une association apolitique, non confessionnelle, constituée de bénévoles.

Un petit mode d'emploi?

***Première inscription*:** Rendez vous sur notre site internet www.rabataccueil.org. Depuis la page d'accueil en haut dans le menu horizontal, cliquez sur Adhésion et " Bulletin d'adhésion". Remplissez les cases (en particulier celles entourées de rouge) et cochez ou pas celles qui doivent l'être. Vous pouvez même mettre votre photo! En bas de la page il y a une case "Enregistrez les modifications". Vous cliquez dessus: Vos infos ont été prises en compte! Lors de la prochaine rencontre mensuelle, ou lors des permanences, pensez à apporter 2 photos d'identité pour la carte d'adhérent et 400 dhs qui représentent le coût de l'adhésion par famille et par année scolaire (chèque à l'ordre de Rabat Accueil ou espèces)

Réinscription: Il vous suffit pour cela d'entrer votre login et password en haut à droite de la page d'accueil et de vous rendre dans Adhésion-Fiche personnelle et cliquez sur réinscription. Modifiez vos coordonnées si nécessaire. De là modifiez vos données et le tour est joué! Lors de la prochaine rencontre mensuelle, ou lors des permanences, pensez à apporter 2 photos d'identité pour la carte d'adhérent et les 400 dhs d'adhésion.

Les permanences se tiennent tous les seconds mardis du mois de 14.00 à 17.00 chez Carolina (cf site internet pour les dates).

ACCUEIL PAR TELEPHONE OU PAR COURRIEL

Pour répondre à vos questions d'installation, pour vos recherches d'informations, pour connaître le planning des événements de l'association ou pour vous inscrire, vous pouvez nous joindre à tout moment. Une adhérente sera toujours là pour vous répondre ou pour vous rappeler.
Tel: 06 19 48 53 05 et contactez vos responsables de quartier
Courriel: rabataccueil@gmail.com

SITE INTERNET DE L'ASSOCIATION

Pour garder le lien : www.rabataccueil.org.
Entrez dans l'espace adhérent et découvrez toutes les infos pratiques, les bons plans, les petites annonces, les démarches administratives. Tout y est!

La NEWSLETTER DU DIMANCHE SOIR

Vous serez informés de la vie de l'association par une lettre électronique hebdomadaire avec des liens vers les différentes pages du site et vers les inscriptions aux différentes activités.

LE TROMBINOSCOPE,

Un livret vous est remis avec les photos et coordonnées de chaque adhérent afin de nous connaître.
Merci et Bravo à Nicolas pour ce travail de titan!

Pour vous accueillir

LES RENCONTRES MENSUELLES

Chaque mois, tous les adhérents se retrouvent autours d'un **petit déjeuner**. Cette manifestation mensuelle est l'occasion de:

- Rencontrer les membres du bureau et les responsables d'ateliers reconnaissables à leur badge.
- Découvrir les ateliers et activités afin de pouvoir s'inscrire sur le site de Rabat Accueil.
- Partager vos expériences et échanger vos bonnes adresses.
- En bref, passer un bon moment.

Le Trianon
Artisan de la tradition

Nous offre toutes les viennoiseries des cafés rencontres!
34 avenue Ibn Sina – Agdal Rabat
Tel: 05 37 67 35 77

De même chaque mois, est organisée une soirée-apéro afin de tous faire connaissance: conjoints, maris, travailleurs! Chacun paie sa consommation, Rabat Accueil offre les petits fours et un dîner sur place est possible!

LES RENCONTRES DANS LES QUARTIERS

Les grands cafés mensuels, c'est bien sympa: on y rencontre pleins de monde, on discute, on échange…Oui mais….

Pour les nouvelles, c'est parfois un peu impressionnant: « euh moi je connais personne, je fais comment pour papoter ? »

Pour les anciennes...Trop de monde, tue le monde: « j'arrive jamais à voir tous ceux que je voudrais voir…. »

Idée lumineuse...Et si on faisait des cafés plus petits? Des accueils par quartier ce serait chouette non? Alors des hôtesses d'accueil se sont proposées et sont prêtes à beaucoup pour vous aider dans votre quotidien.

Elles sont là pour vous donner des adresses autour de chez vous et ailleurs, des noms pour du co-voiturage, du baby-sitting, pour organiser un p'tit café entre copines du quartier, nombre d'entre elles font des visites des marchés (aux tissus, marché central) de la médina, etc... leur imagination n'a pas de limite. **Alors surtout n'hésitez pas à les appeler.** Et les idées sont les bienvenues bien sur! Si vous avez des désidératas… Ceci n'est pas réservé qu'aux nouvelles d'ailleurs, si des anciennes veulent en profiter et aider…. c'est plus-que-parfait.

Et…..depuis l'année dernière, il y a même des apéros de quartiers: pas mal pour les maris non?

Si vous souhaitez faire un café ou un apéro chez vous, contactez Carolina Teixeira (06 61 99 96 66) et proposez nous une date! Contribution de Rabat Accueil (aux apéros) à hauteur de 400 Dhs.

L'accueil dans les quartiers

Qui vous accueille?

Agdal

Céline Morise
06 48 87 86 22

Vanessa Ratouly
06 44 49 63 61

Ambassador

Isabelle Tawfiki
06 54 34 69 97

Cécile Giraud
06 48 87 90 93

Aviation-OLM

Isabelle Montembault
06 15 47 41 16
Carolina Teixeira
06 61 99 96 66
Farida Huet
06 61 21 03 25

Hassan

Alexia Turgis
06 41 98 02 11
Catherine Gozart
06 54 11 64 18
Schéhérazade Verelle
06 58 12 07 06

Hay riad

Céline Gerin
06 53 64 62 73

Tamara Bourles
06 61 76 06 65

Souissi

Claire Fabien
06 61 47 06 17
Isabelle Putz
06 13 20 03 16
Cécile d'Adhémar
06 41 88 37 98

Temara

Danièle Fresnel
06 41 88 39 90

Hélène le Floch Hecht
06 50 04 57 14

Charte de l'adhérent

Je réponds rapidement aux invitations des différents événements organisés par Rabat Accueil afin d'en faciliter l'organisation et d'éviter le travail de relance.

Je suis à jour dans mon inscription.

Je participe dans la bonne humeur aux activités de Rabat Accueil, consciente du travail des bénévoles.

Je préviens Rabat Accueil de tout changement d'adresse ou autres coordonnées, téléphone ou courriel, afin entre autre de continuer à recevoir les programmes et autres courriels.

Je préviens la responsable de ma présence ou de mon absence lorsque je suis inscrite à un atelier.

J'autorise Rabat accueil à utiliser les photos prises lors des différentes manifestations et activités pour ses différentes publications.

Je sais qu'il est de ma responsabilité de souscrire une assurance à titre personnel pour l'ensemble des risques liés à ma participation , ou à celle de ma famille, aux activités de Rabat Accueil.

Je n'utilise pas les listes de diffusion ou l'annuaire des membres à des fins commerciales, notamment pour des ventes à domicile.

Je dégage Rabat Accueil de toute responsabilité pour tout incident ou accident survenu lors des activités pratiquées dans le cadre de l'asso-ciation.

Je respecte la procédure indiquée dans le programme lorsque je veux m'inscrire à une sortie, et je préviens aussitôt que possible la responsable si j'ai un empêchement.

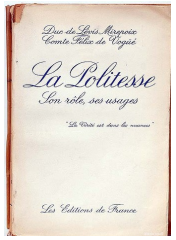
L'association propose à ses adhérents un **éventail d'activités** encadrées :

★par des adhérents bénévoles. Une participation peut être demandée afin de couvrir les frais des responsables d'ateliers tels que l'achat de matériel.

★par des intervenants extérieurs (lorsqu'il n'y a pas la competence parmi les bénévoles). Lorsque ces activités sont payantes, les adhérents bénéficient de tarifs préférentiels.

Comment participer aux ateliers?

C'est simple: il vous suffit de vous inscrire aux activités de votre choix sur www.rabataccueil.org dans la rubrique Activités. Cela se passe en **deux temps**: tout d'abord inscrivez vous à l'activité elle-même (ainsi vous recevrez en temps voulu les dates et autres renseignements des activités de l'atelier), puis inscrivez vous aux rdv prévus par la responsable (ainsi vous informez de votre venue ou non)



Points de **courtoisie** : Pour permettre un bon fonctionnement des ateliers et une bonne ambiance:

•Essayez d'être ponctuel

•En cas d'empêchement, n'oubliez pas de prévenir l'animatrice, soit par mail, soit par téléphone

•Si vous ne souhaitez plus participer à l'activité, avertissez la responsable qui proposera votre place à un autre adhérent. Vous pouvez vous désinscrire directement via le site En cliquant sur Annuler mon inscription à l'activité.

L'inscription à Rabat Accueil est obligatoire pour participer aux sorties, ateliers, stages sportifs et à toute activité proposée par l'association (exceptés les cafés).

Responsables des ateliers

Coordinatrice: Alexia Turgis: 06 41 98 02 11

Ateliers et rencontres Rabat Accueil

Mamans-bébés	Linda Le Bot	06 55 86 38 21
	Sabeha Guitierrez	06 70 03 27 68
Cuisine du monde	Cécile Giraud	06 48 87 90 93
	Isabelle Tawfiki	06 54 34 69 97
Broderie et Patch	Geneviève David	06 68 30 17 18
	Catherine Jourdain	06 79 20 84 67
Aquarelle	Laetitia de Mol	06 74 09 40 45
Cartonnage	Danielle Hornut	06 54 51 29 30
Couture	Farida Huet	06 61 21 03 25
Club de lecture	Nathalie Dubois Royez	06 61 88 39 30
Conversation anglaise	Christiane Haffner	06 51 87 25 44
Conversation espagnole	Claudia Ramirez	06 62 06 41 32
Conversation Darija	Farida Huet	06 61 21 03 25
Marche-course	Catherine Gozard	06 54 11 64 18

Activités extérieures

AquaGym et Yoga	Nathalie Duboy-Royez,	06 61 88 39 30
Golf	Isabelle de Bodman	06 61 50 27 48
	Sophie de Feydeau	06 62 18 30 70
Peinture avec M Mansouri:	Mariam Ghetreff	06 99 51 17 58
Arabe dialectal	Tamara Bourles	06 61 76 06 65

SCRABBLE

"Faites fonctionner vos petites cellules grises" (comme dirait Hercule Poirot) autour d'une partie de scrabble classique (pas de duplicate).

Inscrivez vous sur le site!!

Et l'atelier pourra débuter lorsque vous serez assez nombreux!

Le café de rentrée
à la Résidence de l'Ambassadeur de France

Ça y est ! Il est enfin arrivé le grand jour : c'est aujourd'hui, ce matin même qu'a lieu le café de rentrée de Rabat Accueil ! On l'a attendu ce café ! Il faut dire qu'on en prendrait l'habitude de se retrouver en ce début d'année dans la somptueuse Résidence de France, en présence de Monsieur l'Ambassadeur de France, Bruno Joubert, et de son épouse, Catherine Joubert qui avait tenu à être présente cette année pour nous accueillir.

Toute la logistique de l'association s'est mise au service des adhérents, anciens et nouveaux (beaucoup, beaucoup, beaucoup de nouveaux cette année !!!) pour préparer dans la joie et la bonne humeur (ce qui caractérise notre association préférée, avouons-le !) ce premier rendez-vous festif.

Parce que oui, disons le tout net, Rabat Accueil avait commencé de s'activer dès la fin du mois d'août ! Un poil de retard dans l'organisation de notre café nous a contraint à lancer nos activités phares dès le retour de vacances (ben oui, on peut bien vous l'avouer aujourd'hui, Nicolas Sarkozy qu'il nous semble inutile de vous présenter est venu au Maroc, à Tanger précisément pour lancer les travaux du TGV……sa visite qui a donc légèrement occupé les services de l'Ambassade et donc Monsieur l'Ambassadeur, a décalé légèrement notre RV…).

Le café donc ! Vous vous êtes inscrits sur notre tout nouveau joujou, à savoir le site internet, pour ce café et vous avez reçu l'invitation. Vous vous êtes levé(e)s, avez préparé le petit déjeuner de votre famille, avez déjeuné légèrement, mis une « zolie » robe, léger maquillage de journée, p'tit bisou pour vo-

tre compagnon, amené les enfants à l'école, et hop, après avoir récupéré une copine ou deux, vous voilà en route pour la Résidence de France…

A l'entrée, deux charmants gendarmes vous accueillent……et trois non moins charmantes hôtesses de Rabat Accueil vous reçoivent avec la dernière mouture de votre journal préféré en mains !

Vous voici dans la demeure de l'hôte des lieux, ce dernier vous accueille avec sa galanterie et sa courtoisie habituelle. Ah, Madame son épouse est également présente cette année, et elle aussi accueille tout ce petit monde dans cette magnifique résidence (qui, je le précise à toutes fins utiles et pour votre culture générale, a été conçue par l'architecte chilien Guillaume JULLIAN de la FUENTE lequel, impressionné par son œuvre, a sollicité et obtenu de devenir l'un des apprentis de LE CORBUSIER que l'on ne présente pas à des passionnées d'art et d'architecture comme vous !).

Et bien voilà ! La terrasse et les jardins se remplissent d'adhérents anciens, plus récents, de nouvelles et nouveaux arrivants à Rabat, ou même encore, de plus anciens habitants qui n'avaient encore jamais osé pousser la porte de notre petite association !

C'est dans la bonne humeur générale que nous partageons ce petit déjeuner succulent, concocté par le nouveau chef de la Résidence, Frédéric…..auquel nous demandons humblement s'il veut bien

juste pour nous et c'est sur on ne le répétera à personne, nous confier la recette de son fameux cake au citron !

Le grand moment arrive : les discours !
Monsieur l'Ambassadeur, maintenant habitué de nos rencontres, salue le travail de l'association et de ses bénévoles qui se dévouent corps et âmes et surtout surtout sans compter leur temps….au détriment parfois – souvent pour certaines - de leur vie familiale ! C'est la règle du jeu du bénévolat ! Il rappelle que le travail de l'association Rabat Accueil est important en ce qu'il permet à la communauté française et francophone de se retrouver, mais aussi de partager des expériences, de créer un nouveau lien social, permettant un épanouissement et une intégration facilitée dans ce pays – le Maroc - qui a des liens indéfectibles de fraternité avec la France.

C'est au tour de M'dame la Présidente de s'exprimer….Karine Arnulf pour ne pas la nommer monte sur l'estrade, et accompagnée de sa moitié dans le bénévolat (M'dame Galhiane de Wavrechin), nous fait son pitch longuement préparé pendant ses longues nuits blanches !

En vrac et donc dans le désordre, elle remercie elle aussi toutes les bénévoles qui se sont investies pour l'association afin de permettre l'intégration des expatrié(e)s francophones à Rabat ; les responsables d'ateliers qui tiennent bien leurs ateliers, les animatrices des quartiers, les rédactrices du journal (les anciennes et les nouvelles !), les membres du bureau, les maris qui prêtent sans rechigner leurs charmantes épouses pour la cause commune (bon OK là, c'est moi qui rajoute mais bon…..), les adhérents fidèles, …….

Après un bref retour sur les activités de l'an passé, Karine développe pour nous quelques nouveaux ateliers qui vont s'installer dans les prochaines semaines ou se consolider : conversation en darija, atelier couture, aqua-gym, yoga, scrabble.

Un gros point est fait aussi sur l'énooooooooorme travail fait au cours de l'année dernière : le site internet de Rabat Accueil !

Cette année, toutes et tous vont pouvoir en profiter, et même, pour les infos « pratiques », les nouveaux arrivants avant même d'être sur place ! Sur ce point, évidemment, et même si chacun le sait, il n'est pas inutile de rappeler que notre webmestre préférée a travaillé sans relâche (elle continue même !) ces derniers mois ! Mille mercis donc à Isabelle de Bodman !

Une équipe Relations partenariats a été mise en place, et ce pour permettre à tous les adhérents de bénéficier d'avantages particuliers réservés à Rabat accueil ! Et de faire de la pub sur nos différents supports (internet, journal), ceci pour continuer de maintenir un prix de cotisation raisonnable et de vous proposer des activités sans frais, le plus possible ! (Noël des enfants, cocktail de l'assemblée générale, parties de bowling, ……)
Le grand sujet de cette année, et le souhait du bureau, c'est de mettre en place un guide d'accueil papier et un trombinoscope réactualisable.

Encore bien du travail donc pour la petite asso qui monte qui monte ! Avec l'aide de tous et de toutes, et toujours avec l'esprit d'équipe et de collaboration qui anime les bénévoles, sans oublier la bonne humeur, systématiquement convoquée à toutes les rencontres de Rabat Accueil ! Bonne année !

Nathalie

La saison des cafés

Après l'ouverture de la saison des cafés grande pompe à l'ambassade, les cafés sont allés bon train dans les quartiers ainsi que les apéros!

Café du matin à Hassan par Le trio de Hassan
Le premier café du Quartier Hassan a eu lieu le lundi 17 octobre à partir de 9h dans le jardin de Schéhérazade. Le soleil était de la partie, ce qui a permis à une douzaine d'entre nous de nous retrouver dans une ambiance joviale et détendue. Ce fut l'occasion pour quelques nouvelles arrivées de prendre contact avec leurs voisines et leurs responsables de quartier, et pour toutes d'échanger sur bien des sujets. Nous avons beaucoup apprécié la visite de notre vice-présidente qui a pu se joindre à nous en début de matinée !

Café à Agdal par Céline et Vanessa

Vendredi 21 octobre, 9h30, chez Céline.
Au départ, c'est un peu intimidées que les habitantes du quartier Agdal se retrouvent autour du traditionnel café : on hésite timidement entre thé, café ou jus d'orange, on lorgne sur les viennoiseries sans oser se lancer, on chuchote presque entre nous…Et puis, peu à peu, les langues de délient, les copines arrivent (de la broderie, des

autres quartiers aussi) et les conversations vont bon train ! Ca papote, ça rigole, ça n'hésite plus entre fondant au chocolat et viennoiseries (on prend les deux et on savoure !), ça s'échange les bons plans, les conseils de mamans…Bref, un vrai bon moment de convivialité a eu lieu chez Céline ce jour là ! En plus, le soleil était lui aussi de la partie et on le remercie !

Nous espérons que le prochain rendez-vous (un apéro cette fois-ci) sera aussi réussi et que les Agdaliennes et Agdaliens viendront nombreux ! Bien-sûr, les copines des autres quartiers sont toujours les bienvenues ! A bientôt

Café OLM-Aviation

Vendredi 25 novembre, une douzaine de personnes de toutes générations étaient réunies autour du feu pour un premier café OLM-Aviation-Pinède où nous avons été très chaleureusement reçues par Agnès.
Nous la remercions grandement pour son accueil. Nous voulons bien aussi la recette des délicieux petits sablés (il y a des gourmandes dans le quartier) !!!
Nous avons fait la connaissance de nouveaux arrivants dans notre quartier ou dans notre association.
Qui voudrait bien recevoir en Janvier 2012 ? Faites vous connaître ... auprès de Carolina.

La saison des apéros

Apéro golfique par Sophie et Isabelle

Vendredi 7 octobre, nous avons eu la joie de rassembler autour d'un apéro une grosse trentaine de golfeurs avertis, débutants ou en devenir. Notre objectif premier était de mettre en relation ces amoureux de la balle blanche pour qu'ils puissent se retrouver autour d'un parcours et revivre leurs swings autour d'un verre mais également de comprendre les attentes des uns et des autres afin de proposer un programme adapté! Sont donc prévus stages débutants, cours collectifs, compétitions femmes/couples... et apéros fédérateurs aussi bien sûr.... Nous mettons ça sur pied et proposerons rapidement des dates aux différents intéressés...ou futurs intéressés.

Apéro de quartier à OLM-Aviation par Carolina

Le même jour, pas loin d'une quarantaine de voisins du quartier (ou pas) se sont retrouvés chez Carolina et Philippe pour le premier "apéro de quartier OLM Aviation et OLM-Souissi". Anciens et nouveaux ont eu le plaisir d'échanger sur les joies de la vie R'batia dans une ambiance chaleureuse et amicale.
Lors de cette soirée bien agréable malgré une petite humidité locale, nous avons échangé nos infos "Produits et Légumes bio", "Artisan Verrier", "Recyclages en tous genre", " Caritas", "Soudeurs"," Réparateurs" ," Souk" etc... bref nous avons parlé de tous les secrets dont regorge notre petit quartier aux airs malgré tout de village français où il fait bon vivre.
Le principe de la soirée est simple : pour permettre à la maitresse de maison de passer elle aussi une bonne soirée, chaque couple participant apporte un plat sucré ou salé accompagné d'une bouteille de son choix. Carolina et Philippe tiennent à remercier encore une fois l'ensemble des participants pour toutes les préparations culinaires, viticoles et florales qui ont toutes eu un succès fou.

Si vous aussi vous souhaitez faire vivre et dynamiser votre quartier par un événement de ce genre ou si vous avez d'autres idées, n'hésitez pas à prendre contact avec Carolina qui vous aidera avec grand plaisir à la concrétisation de vos idées.

Apéro de quartier à Hay Ryad par Céline

Le 21 octobre dernier s'est tenu le premier apéro de quartier de Hay Riad, dans le jardin de Céline Gerin qui a rassemblé 25 adhérents autour d'un très bon buffet concocté par chacun, l'occasion de se retrouver entre personnes du quartier mais aussi d'autres quartiers.

Apéro de Rabat Accueil à La Véranda par Caroline

Pour la première soirée "Apéro" de l'année, nous nous sommes retrouvés au restaurant "La Véranda" à l'Institut Français (derrière la cathédrale) vers 19h30. Beau jardin bien entretenu et calme en plein centre de Rabat, nous avons pu profiter d'une belle soirée dehors. Le concept était de se retrouver tous ensemble autour d'un verre (essentiel !) et de petits fours (offerts par La Véranda). C'était aussi l'occasion de présenter nos maris aux unes et aux autres rencontrées dans les activités de dessin ou de broderie ou les maris ne sont pas vraiment présents ! Étant nouvelle à Rabat, nous avons pu, mon époux et moi même, connaitre du monde et échanger sur nos premières impressions du Maroc. Nous étions 80 personnes pour l'apéro et une trentaine de personnes sont restée dîner, en réservant a l'avance. Un grand merci à Rabat Accueil et à la Véranda pour l'organisation!

Apéro de Rabat Accueil au 173 par Laurence

Mardi 22 Novembre nous sommes pour la première fois allés à un apéro de Rabat Accueil en couple! Nous étions curieux de découvrir le 173: nous connaissions la version précédente, lorsqu'il était encore le Relais de Paris, et que nous nous y étions égarés avec des amis après un concert: lumières rouges tamisées, ambiance froide, et beaucoup de belles dames seules qui ne demandaient qu'à tenir compagnie aux messieurs qui le souhaitaient: Bonne ambiance!

Mais maintenant qu'ils ont fait peau neuve, ça n'a plus rien à voir: beau mobilier blanc, ambiance piano-bar en bas, personnel souriant. Au premier étage, nous sommes accueillis par Carolina avant de nous glisser au bar. L'ambiance est excellente, on se retrouve dans un brouhaha chaleureux et détendu. Ca papote en éclusant de la délicieuse citronnade... ou autre bien sur! J'admire au passage l'accueil per-son-na-li-sé de Karine, Galhiane, Isabelle : à 21h00, les dîneurs commencent à descendre vers la salle de restaurant, mais nous ne partirons que vers 22h00. Super! Merci, à la prochaine fois, nous y serons!

Apéro de quartier à Ambassador par Nathalie et Marc

Un vendredi, 19h30, apéro du quartier Ambassador. Tout le monde a bien trouvé la maison, mais beaucoup n'ont pas trouvé l'interrupteur de l'interphone, mais bon…

Comment résumer la soirée ?
3 LITRES DE MOJITOS dont je vous livre la recette:
2 grands verres de rhum
1 verre de sucre de canne
1 bouquet de menthe
2 citrons
Au fil de l après midi, j'ai rajouté du rhum, du Rhum...

Au dernier moment 1 bouteille d'Oulmes et des glaçons. Renouveler l'opération plusieurs fois dans la soirée. Merci à tous ceux qui ont répondu présent à l'invitation.

Apéro de quartier Temara-Haroura par Danièle et Hélène

Pour l'apéro du quartier Témara-Harhoura-Skhirat-Aïn Atiq du jeudi 17 novembre, point de mojito. En revanche, tous les participants confirmeront que la cuvée 2011 du Beaujolais Nouveau a une note d'amertume sur le fruit rouge et est naturellement meilleure que toutes les cuvées précédentes ! Nous étions 12 et demi, le demi étant un magnifique bébé de 4 mois.

Nous avions tous envie de le croquer, mais comme chacun avait contribué à la confection de l'apéritif dinatoire, nous avons préféré savourer la charcuterie de David, des verrines et autres feuilletages avant de nous arrêter sur de la mousse au chocolat et de la crème brûlée. Anciens, nouveaux et futures recrues, toutes les générations de Rabat Accueil étaient réunies, et prévoient de renouveler l'opération très vite !

Coté activités

Des créations, des réflexions, des bavardages dans toutes les langues. Il y en avait pour tous et pour tous les goûts.

Cuisine Thaï par Catherine

Bien qu'installée à Rabat depuis quelques années maintenant, Picard et Monop' me manquent toujours autant. C'est vous dire mes talents de cuisinière. Mais à force d'entendre dire "ici, je ne cuisine qu'avec du frais", il fallait bien que je pousse ma curiosité un peu plus loin. Décidée, je me suis inscrite à un atelier Cuisine du Monde.

Et c'est très impatiente d'apprendre à cuisiner Thaï avec les ingrédients des souks et des - plus ou moins - super marchés marocains que je suis partie retrouver les copines à l'un des premiers rendez-vous de la rentrée.

Autant le dire tout de suite, je suis allée de surprises en surprises. Tout d'abord Cécile, notre hôtesse, nous a très bien reçues dans sa belle et grande cuisine. Seules les fiches de recettes préparées et déjà photocopiées pour chacune, nous rappelaient que nous venions à un cours de cuisine. De la soupe de poulet coco au bœuf basilic en passant par les rouleaux de printemps, rien qu'à la lecture nous avions déjà les yeux écarquillés et des sourires démesurés. Oui, nous allions pouvoir non seulement concocter tout cela ici au Maroc mais en plus nous allions également les déguster.

Ensuite, j'ai découvert que cet atelier Cuisine du Monde était une mine d'informations concernant les bonnes adresses loca-

les : la meilleure poissonnerie de Rabat n'a plus de secret pour moi ; je sais aussi où trouver de la viande rouge et destinée à autre chose qu'un tagine ; si l'envie de déguster une bonne terrine me prend, je décroche mon téléphone ; sans compter les petits trucs partagés entre copines pour redonner du peps à un plat.

Enfin, après tous ces gestes et paroles autour des marmites, nous sommes passées aux agapes. Et là encore, les choses avaient été prévues en grand. Apéritif dans le jardin et longue tablée pour le déjeuner.

Certes, il a d'abord fallu mettre la main à la pâte, couper, remuer, goûter, assaisonner, répartir, arranger. Chacune y allait de son commentaire qui venait enrichir, dissiper, amuser, et toutes étions avides de percer les secrets de la cuisine Thaï.

Toutes les bonnes choses ayant une fin, c'est donc ravie et le ventre bien tendu que je suis repartie à mes occupations de l'après-midi.

Sûre que dans pas mal de foyers, les plats Thaï seront au menu de ces prochains soirs.

Note: Une des grandes maximes de Cécile "on adapte en fonction des produits locaux..." Sage décision !

16 Octobre 2011: Tournoi de Tennis

Pour la troisième année, le RIAD Club a accueilli le tournoi de tennis de Rabat Accueil. Ce tournoi sans prétention permet à tous, quelque soit son niveau et son âge de goûter aux joies de la compétition, mais surtout de rencontrer des partenaires avec qui on pourrait jouer toute l'année.

Il y eut 40 participants et l'organisation en pool a nécessité pas moins de 70 tournois de 20 mn plus quelques finales.

Température idéale, ambiance familiale et décontractée, auto arbitrage sans aucune dispute ou contestation, à peine quelques déceptions.

Danièle avait supervisé un excellent déjeuner au club, qui a réuni plus de 60 personnes.

Karine a remis des coupes aux finalistes et des médailles à tous les enfants.
Bravo à tous les gagnants :
Catégorie enfant garçon : Hubert Bordier-Garnier
Catégorie enfant fille : Inès Guesquières

Catégorie jeune : Julien Dubourg sur son seul mérite et sur sa régularité (et non pas grâce à son papa!)
Catégorie femme : Jeanne Lancien (déjà finaliste il y a deux ans).
Catégorie homme : Gerald Ratouly.

Nous remercions le Riad Club pour leur accueil et disponibilité et nous espérons que au delà de cette bonne journée les uns et les autres se retrouveront sur la terre battue tout au long de l'année.

Isabelle

Un grand merci aux organisatrices de choc: Isabelle et Martine

Soirée littéraire : Youssouf Amine Elalamy

Ce sont donc dans les premiers frimas de l'hiver que nous nous réunissons tous ce soir chez Isabelle et Benoit de B. pour notre reprise des Soirées littéraires de Rabat Accueil.

Une bonne quarantaine de participants arrive emmitouflée, avec à la main, sa préparation culinaire pour le buffet qui nous réunira tous après la soirée culturelle.

Car oui : disons le clairement, c'est bien de la Culture que Rabat Accueil propose dans un rendez-vous maintenant régulier et attendu par ses adhérents ! Et là, attention, on ne rigole plus : nous sommes arrivés à la 3ème rencontre du type à une égalité en nombre hommes/femmes quasi parfaite ! Car, n'en déplaise à certains messieurs encore frileux : les garçons sont de plus en plus nombreux à venir à nos soirées... et en plus : ils en redemandent !!!! C'est dire si le succès de ce concept nous fait plaisir !

Donc, Youssouf : YAE pour les intimes, (dont nous sommes forcément à la fin de cette soirée !) d'abord un poil intimidé par l'assistance, accepte (mais bon il a fallu pousser un peu !) de s'installer devant la cheminée sur le tabouret « spécial écrivain » de nos hôtes ! Et oui…pas de tables pour se cacher, triturer ses doigts, étendre ses jambes, se tordre les pieds….chez nous : aucune cachette possible !

Et assez vite, il est à l'aise Youssouf ! Faut dire que les cigognes

de ce soir sont très attentives et toutes, quel que soit leur sexe, qu'elles aient lu ou pas l'auteur, ont envie de le découvrir et de le décrypter…..parce que décrypter….et bien…..ça peut être nécessaire parfois avec cet auteur singulier !

Et là, quand il cause, YAE…et bien ça fait clic-clac dans la tête !!!!! Je vous passe les explications sur *Un Marocain à New*

York, qui peut se comprendre quand on sait que Youssouf a suivi un cursus là bas, mais je ne renonce pas au plaisir de vous donner juste une petite grille de lecture au sujet de *Paris mon bled* : pendant 2 ans, Youssouf Amine Elalamy n'a écouté QUE du rap !!!!!! Evidemment, quand on nous dit ça….et bien, ça y est, on a compris le livre ! Et du coup…..et bien, on se dit qu'on va le relire pour mieux apprécier ce roman !Enfin, tout ça pour dire que, sans faire un compte rendu exhaustif de la soirée : on l'a adooooooré cette soirée !

On a aimé aussi partager le buffet en parlant littérature ; on a aimé discuter avec YAE –et sa charmante épouse- de ses projets, de ses œuvres, de ce qu'on a aimé … ou pas ! On a aimé pouvoir se faire dédicacer Oussama mon amour….. On aime à penser que Rabat Accueil nous prépare déjà une prochaine soirée…..

Nathalie

Coté cuisine: Atelier Maki

Des actes plus que des mots...Une des recettes de ce délicieux cours de cuisine chez Nathalie.

Salade chinoise

1 sachet de crevettes décortiquées congelées.
1 grand paquet de vermicelles chinois
1 petit bol de champignons noirs chinois
4 carottes râpées
Du persil
Pour la sauce : de l'ail, 1 cuil d'huile d'olive, 2 cuil d'huile végétale, un peu de vinaigre blanc, sel, poivre, sauce magie.
Préparation :
Laisser tremper les champignons déshydratés dans l'eau chaude, jusqu'à ce qu'ils ramollissent. Puis couper les en lamelles.
Faire cuire les crevettes dans une casserole d'eau bouillante. Garder l'eau de cuisson et la verser sur les vermicelles dans un saladier. Les vermicelles tremperont dans cette eau environ 15 min.
Egoutter les vermicelles.
Rajouter aux vermicelles, les champignons, les crevettes, les carottes, le persil, et la sauce.

Coté broderie

Ca brode, ça tchatche, ça conseille et ça fait des merveilles diverses et variées!

Conversation espagnole

Avec les nouveaux concepts de Claudia!

Les sorties Mamans-bébés

Elles avaient prévu une belle sortie en extérieur, les draches d'eau ont eu raison des petits bouts...Sortie chez Linda!

Les sorties de Danièle

Au cours du mois d'Octobre, plusieurs visites ont été organisées au Marché Central, dans la rue des Consuls et au marché des tissus de Salé. Elles se sont divinement bien déroulées, dont une ou deux sous la pluie.

Nos petites nouvelles étaient ravies de savoir où pouvoir faire faire des chaussures avec la ceinture assortie sur mesure, ou faire faire ses parures de lit avec ses rideaux assortis, comment organiser sa crèche de Noël. Bref tous les sujets ont été plus ou moins abordés au cours de ces visites (plutôt plus que moins!).

Cette année, je dirais que le cru a été discipliné, ébahi et très intéressé, comme de jeunes enfants devant leur nouveau jouet.

Pour les retardataires, il sera toujours possible de mettre en place de nouvelles visites, voir d'élargir: A quand une visite chez les potiers, une excursion dans le quartier populaire de Takhadoum, un hammam beldi…?

Danièle

Les réunions de bureau….

...qui ne tombent pas souvent un vendredi: Mais cette fois ci qui dit vendredi, dit couscous pour être en grande forme pour la réunion du bureau à 14.00. On travaille dur pour vous dans la joie et la bonne humeur!

Permanences d'accueil et d'inscription en BD ça donne ça. Ce fut chez Galhiane pendant 3 mois. C'est désormais chez Carolina les seconds mardis de chaque mois.

Inscription en ligne et paiement

Confection de la carte d'adhérent

Accueil et échange

Le rallye de la Médina pour les débutantes!

Savez-vous où trouver un marabout, sur un chichaoua, adossé au mur aux mains, contemplant le Bouregreg, en dégustant un shebakia trempé dans du jben?
Inutile de demander à un avocat... et le consul est parti!

Si certaines choses vous semblent un peu obscures, n'hésitez pas à vous inscrire au prochain rallye. J'y ai pour ma part passé une matinée super sympa, découvert beaucoup d'endroits insolites que je serai ravie de faire partager à la famille ou aux amis lors de leurs prochaines visites. Petit bonus, à force de traverser la médina en long, en large et en travers et de passer 2-3 fois par les mêmes endroits, ce lieu qui avant me paraissait un peu austère, voir inquiétant, est maintenant un lieu de promenades des plus agréable.

Merci et bravo à Alice et Virginie.

Charlotte

Un peu de sport: Soirée bowling

Le jeudi 3 novembre à 19h30 nous nous sommes retrouvés au Mégamall pour faire chauffer les pistes du bowling. Nous étions une bonne trentaine de personnes (adultes, ados et enfants), et avons passé une bonne soirée : très sportive et amusante ! Et oui, car le bowling c'est un vrai sport : il faut de la force, de la précision et de la constance. Sans oublier une bonne dose de chance ! Vous savez, on parle souvent de la "chance du débutant"... mais une fois qu'on a débuté, il ne reste plus que la persévérance !

Entre bons coups et mauvais coups, certains ont réussi à exploser les scores. Il y avait tous les niveaux : pour les enfants les pistes étaient équipées de rails, pour faciliter l'apprentissage du jeu tout en marquant quand même des points.
Note pour la prochaine fois : j'en demanderai aussi...!

Ensuite, ce fut l'occasion de manger tous ensemble au Mégamall, pour reprendre des forces et rigoler de nos exploits ! L'avantage du food court- c'est que chacun commande ce qu'il veut (japonais, marocain, pizza, hamburgers, salades...) et on se retrouve au centre sur les tables communes. C'était très convivial !

Et pour la prochaine fois... pourquoi ne pas envisager une revanche sur la wii ??!

Alexia

Assemblée générale

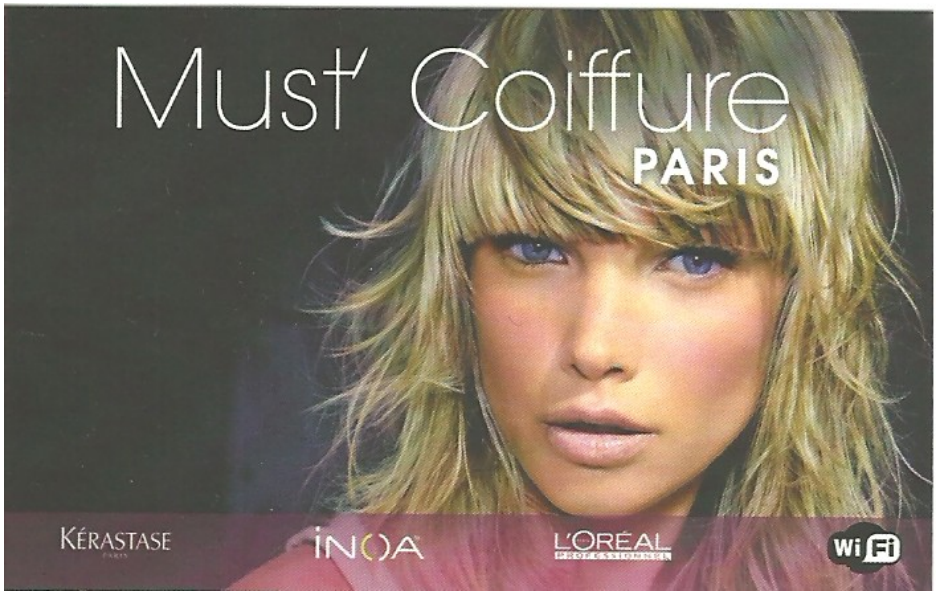
L'AG de Rabat accueil s'est tenue cette année chez Isabelle et Gabriel Putz qui nous ouvraient gentiment leurs portes car le local de la rue du Caire est maintenant trop petit pour nous tous!

Bien sagement assis sur les jolies chaises, vous étiez plus d'une centaine à écouter le rapport d'activité de l'asso... En quelques chiffres, 215 adhérents en ce début d'année contre 37 il y a quatre ans, 35 bénévoles dont 18 hôtesses de quartiers, 17 ateliers hebdomadaires, le rallye dans la médina, le tournoi de tennis, l'arbre de Noël....et le site internet ont été au cours de ce rapport.

Nous avons également approuvé le rapport financier de l'année écoulée et vous avez bien voulu procéder à l'élection du nouveau bureau de l'asso.
Nous avons aussi procédé à une modification des statuts afin que l'assemblée générale et le renouvellement du bureau se fasse au mois d'avril - mai et non plus au mois de novembre.

Tous ceux présents sont repartis avec le tout nouveau trombinoscope.
Ensuite, nous nous sommes rendus à la Villa Mandarine pour le cocktail qui a réuni 120 d'entre nous et avons fini la soirée par un diner.

Un grand grand merci à Cécile qui a tant compté, calculé, vérifié les chiffres de l'asso en tant que trésorière générale!


Must' Coiffure
PARIS
KÉRASTASE
INOA
L'ORÉAL
WiFi

Avenue Ibn Sina
Cartier
Avenue du 16 Novembre
Rue Abou Dem
Avenue des Nations Unies
Lycée Descartes
PAUL
Clinique des Nations Unies
Eglise Saint Pie X
Must' Coiffure
Rue Abou Dem
Avenue des Nations Unies
P
Rond point Avicenne
A 5 min du Lycée Descartes

Félicitations!

Un grand bravo à nos gagnantes qui ont su fouiller, cliquer, chercher et trouver les objets cachés dans le site de Rabat Accueil lors de son lancement. Les voilà (pas posées!) avec leur petits cadeaux!

Stéphanie Ghesquières

Céline Gérin

Et Nathalie Riou à qui on n'a toujours pas remis sa bouteille de Champgne!

Qui seront les prochains gagnants et fins connaisseurs de www.rabataccueil.org ?

Infos perso de rabataccueil.org

Chaque jour, des millions d'internautes « naviguent » sur la toile. Vous-mêmes, internautes assidus de Rabat Accueil, « cliquez sur une adresse », « ouvrez une page » et parcourez le site à la recherche d'informations.
Ces différentes actions sont enregistrées dans la rubrique « statistiques » du site et permettent à l'équipe internet de mieux vous connaître.

Quelles sont vos habitudes ? A quel moment de la journée parcourez-vous le site ? Ne vous inquiétez pas, toutes ces infos sont générales...On ne sait pas individuellement qui fait quoi!

Quelles infos recherchez-vous ? En quelques lignes, que révèlent donc ces statistiques ?

Une fréquentation en hausse. La fréquentation du site passe de 81 visites quotidiennes en juin 2011 (date de lancement) à 203 visites quotidiennes en octobre. Vous êtes de plus en plus nombreuses à regarder le site et le nombre de pages visitées

augmente donc largement aussi : 888 pages visitées par jour en juin et entre 1741 au minimum à 2769 au maximum en octobre.

Pour résumer cette augmentation des visites : le site a eu 1629 visites mensuelles en juin et 6297 en octobre.
Et vous avez découvert 53.989 pages en octobre !

Une majorité de visites entre 15 h et 21 h. En général vos heures de visites commencent à 11 h le matin et s'étalent jusqu'à 21 h le soir, avec des pics horaires à 13 h - 16 h et 20 h. Le site enregistre une grosse activité entre 15 h et 21 h. **Bref quand les chats ne sont pas là les souris surfent!**
Quelques insomniaques consultent encore le site entre 1 h et 6 h matin ! Surement les responsables du site….

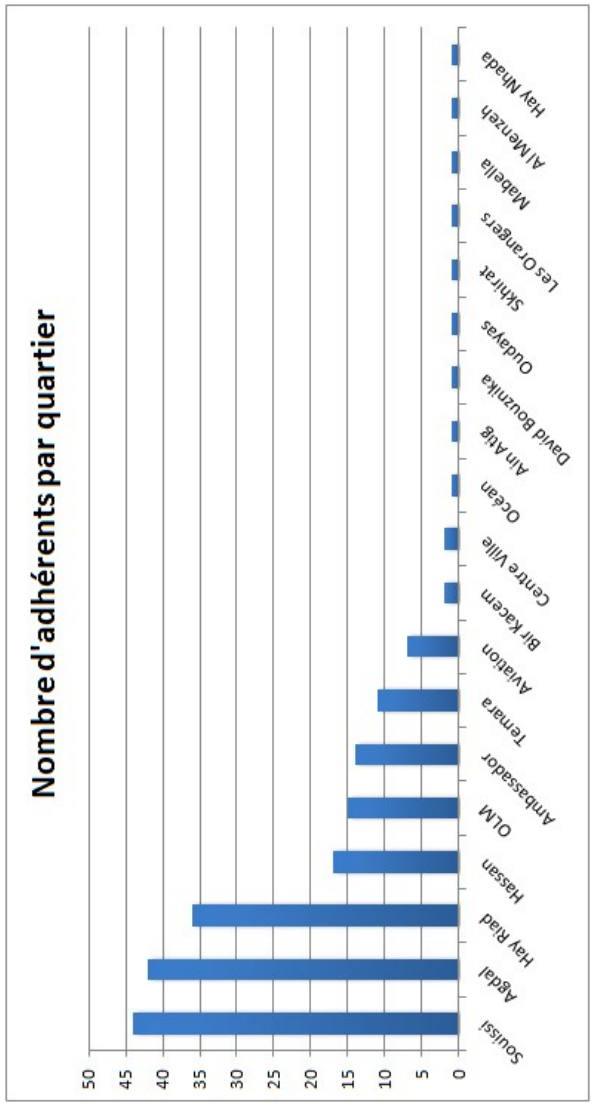
Les pages et mots clés préférés: Depuis l'ouverture du site le convertisseur, la météo et le calendrier et l'annuaire sont les rubriques les plus utilisées. Le côté « pratique » du site est donc ce que vous recherchez en premier. Octobre est le mois des inscriptions. La page adhésion a donc été inévitablement consultée des centaines de fois. Vous recherchez ensuite **beaucoup d'informations sur l'enseignement et les écoles – la vie à Rabat et les quartiers.** Le fonctionnement de l'association et ses statuts font aussi l'objet de votre curiosité.

Un seul navigateur ! Enfin, vous avez toutes la bonne idée de rentrer sur le site en utilisant Mozilla Firefox. N'utilisez pas Internet Explorer ! La qualité des pages et leur mise en page ne sera pas toujours bonne. Les responsables d'activités auront du mal à éditer les textes et à passer les photos.

Pour finir cet article, l'équipe internet se réjouit de compter de plus en plus de visiteurs sur le site. **Mais un site évolue quotidiennement et ce site est le vôtre. Pour pouvoir l'alimenter régulièrement nous attendons vos bons plans, toutes vos suggestions, vos infos, vos idées, vos photos.**
Alors à vos claviers! Isabelle

Au fait t'habites où?

Grâce à l'informatisation des inscriptions, voilà quelques petits chiffres sur les adhérents! Trois quartiers remportent la palme: ainsi 22% des adhérents habitent à Souissi, 21% à l'Agdal et 18% sur Hay Riad! Puis à « touche-touche », viennent OLM-Aviation, Hassan, Ambassador et Temara! En images cela donne ça! Vous savez où habiter pour être proches des co-pains!



De là-bas et d'ailleurs

Cahtia Castaings est repassée pour les vacances de la Toussaint

Nadine Dugue , partie depuis 2 ans nous a fais la surprise de débarquer à l'occasion d'une permanence.

Des joies....

Alexandre

Oublié précédemment (pardon!!): Cécile Piat a eu un petit Alexandre le 19 Aout dernier: 3kg340 à la naissance.

Chez Habinatou, Mouhamadou Ibrahim est né le 16 octobre 2011.
Alexandra Protche a eu une petite Servane le 19 octobre

Amélie et Yoann Lesouef, Clémence (la "grande soeur" de 19 mois) ont eu la joie d'accueillir Timothée, né le 24 octobre. Evidemment, il est superbe. De plus, c'est un bébé très calme!

Timothée

Dernière minute: Elias est né le 1er décembre: Avec sa maman, Chloé, ils sont revenus 24 heures après (!) chez eux!

L'actu culturelle

Savez-vous que chaque mois, il se passe plus de 60 événements culturels à Rabat !

Rien que pour décembre : 6 événements cinéma avec entre autres la semaine du film coréen et le programme Art et Essai de L'institut Français, ainsi que la rétrospective de cinéma argentin proposée par le Cervantes.

Plus de 15 expositions d'arts plastiques à voir ou à revoir

Une dizaine de concerts classique avec notamment l'orchestre philarmonique, l'orchestre royal, du Jazz avec Fat Old Sound, Hindi Zarah en concert, mais aussi Mazagan…

Une dizaine de rencontres littéraires et conférences

Du théâtre, de la magie …

Pour décembre, nous vous recommandons :

Musique

Fat Old Sound : le 15 décembre à l'Institut Français de Rabat, Salle Gérard Philippe, le 16 et le 17 au Pietri. Gagnez des places sur rabataccueil.org!!!

Hindi Zahra : Concert au théâtre National Mohammed V de Rabat le 15 décembre à 20h00 : Prix des places à 200dhs.

Hip Hop : Finale internationale de Hip Hop Scientists le 17 décembre au Théâtre national Mohammed V de Rabat

Spectacle de Conte par Frédéric Calmès : Le 17 décembre à L'institut Français de Rabat

Un Festival de Magie le 25 décembre au Théâtre National Mohammed V

Expositions :

Hommage à Meki Megara jusqu'au 30 janvier à la Villa des Arts

Youssour Puentes : Paysages et architectures au Maroc et en Espagne à la Bibliothèque Nationale

Collection de paravents contemporains Daniel Couturier au Théâtre Mohammed V du 28 décembre au 31 décembre

Mounat Charrat à la galerie AB jusqu'au 30 décembre, vous pourrez en profiter pour découvrir la boutique de meubles de-

sign contemporain JB Design

Tarik Hamchouz à l'Espace d'art Le cube, une des galeries les plus avant gardistes du Maroc !

Le deuxième Regard : Exposition d'artistes contemporains à l'Institut Français et à la Galerie CDG : Les grands noms de l'art plastique Français sont ici représentés : pour s'initier au très contemporain.

En janvier : Le Lac des cygnes est annoncé au théâtre Mohammed V mais non encore confirmé

Carine Adam

L'ensemble des programmes n'est pas encore connu alors pour plus d'infos, rendez vous sur le site:

babelfan.ma

Coups de cœurs des cigognes

Loving Franck
de Nancy Horan
Il s'agit d'un premier roman….et quel roman! L'histoire d'amour réelle entre un homme, architecte de génie qui a marqué son époque (il a notamment conçu le musée Guggenheim de New York) et une femme ; tous deux mariés avec des enfants, ils décident de tout quitter pour vivre leur passion…. « C'est une histoire d'amour fantastique qui laisse des traces…. »

Le livre sans nom, auteur anonyme…..
En trois tomes «Si vous avez aimé Kill Bill de Tarantino, vous adorerez ce livre…c'est très violent : c'est juste un super roman! »

Marie-Blanche de Jim Fergus :
L'histoire d'une mère vraiment odieuse…On va croiser dans ce livre, l'inceste, la pédophilie….Un monde aristo désargenté! Très intéressant et percutant!

La couleur des sentiments de Kathryn Stockett
Nous sommes plongés dans les années 60, à Jackson, ville du Mississippi où la ségrégation raciale est bien ancrée dans les esprits.
Les destins de 3 femmes, 2 domestiques noires et une fille blanche de bonne famille, vont se croiser et une amitié improbable va naître. Tantôt drôle, tantôt émouvant, l'auteur évite les clichés et ne tombe pas dans le manichéisme. Elle décrit très bien cette ambivalence qui existe dans les états du sud : Ce sont les femmes noires qui élèvent les bébés blancs, mais elles n'ont pas le droit d'utiliser les toilettes de la maison, car elles risquent de transmettre des maladies…..
(dans les années 60……le Moyen Age quoi!!!!)
Ce roman polyphonique, où chacune des protagonistes s'expriment et racontent son quotidien, se lit d'une traite et fait la part belle à l'amitié, au courage des femmes et à l'espoir!
Quelques années plus tard un certain Martin Luther King luttera pour les droits civiques de ces citoyens américains, considérés comme des sous -hommes. A LIRE ABSOLUMENT! (vient de sortir en film)

Pour les soirées au coin du feu

La Délicatesse de David Foenkinos **:**
C'est beau, pudique, drôle et....délicat! Ce livre se dévore en quelques heures seulement et « je le recommande vigoureusement. Cela parle à la fois du deuil (comment survivre à la perte de l'être aimé? Comment se reconstruire quand on croit avoir tout perdu), de l'amour bien-sûr et de la différence comme une force ».
Plus qu'un seul roman, c'est l'auteur qui est plébiscité par cette cigogne : un suédois, des romans policiers (mais pas que) glauques à souhait, il fait froid, nuit, le héros est presque un looser…..Presque ! De qui parle-t-on? D' ***Henning Mankell*** mais aussi de l'inspecteur Kurt Wallander (le plus connu de ses anti-héros looseriesques), et, dans un registre très très très différent, du roman Les chaussures italiennes, roman passionnant, donnant à réfléchir sur soi, ses choix….Pour passer des moments très dépaysants!

1Q84 - Haruki Marakami :
Bizarre non???? Bon, c'est écrit par un auteur japonais….Et ce livre nous est chaudement recommandé…..Par ailleurs, il fait le buzz actuellement! Vous voulez en savoir plus? Lisez le!

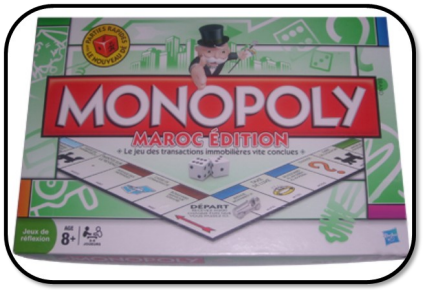
Les échelles du Levant d'Amin Maalouf :
Auteur marocain, une œuvre moins connue que Léon l'africain mais qui nous permet de voyager! On trouve très facilement cet auteur à Rabat.

L'histoire d'Helen Keller – biographie **:**
« Le livre n'est pas récent, il n'est pas gros, et il se dévore! » A la fin du 19e siècle, une petite fille sourde et muette vit sans communiquer avec sa famille, car elle ne les entend pas et ils la croient muette. Elle va enfin découvrir ce qu'est la communication à 5 ans grâce à une éducatrice. Depuis ce jour où elle comprendra qu'un mot signifie l'eau, elle commencera à vraiment "vivre" et à étudier avec une soif avide. Elle apprendra à lire, écrire, parler, puis étudiera à la faculté et sera la 1ère personne handicapée à obtenir un diplôme. « C'est une très belle histoire, forte, pleine d'émotions, qui nous fait prendre conscience de la chance que nous avons d'avoir tous nos sens ! Je ne peux que vous conseiller de le lire! »

En cas de pluie le we…

"Comment, il pleut au Maroc? On nous aurait menti?" Et bien non, si l'agriculture est un des secteurs économiques les plus développés, c'est qu'il y pleut, parfois même beaucoup. Mais ce n'est pas une raison pour déprimer en regardant les gouttes de pluie dégouliner le long des fenêtres!

Vous préférez rester au chaud : ressortez vos jeux de sociétés pour faire d'interminables parties avec vos enfants ou vos ami(e)s. Vous aurez au préalable profité d'une éclaircie pour faire un tour à Marjane, à Maxi Toys (galerie Marjane Hay Riad), à la Grande Récré (Méga Mall-Souissi) ou à la boutique de tout et n'importe quoi mais bien achalandée à droite du marché central quand vous le regardez! Et ceci pour trouver notamment un classique revisité à la sauce locale: **le Monopoly Maroc.**



Vous avez malgré tout un peu froid et envie de bouger ? Passez à la Médina acheter une **console Wii** (à un prix inférieur à celui que vous pourrez avoir en France, sans ticket de caisse mais avec le suivi assuré par le revendeur), quelques manettes, et c'est parti pour une après-midi de folie avec Just Dance).

Si le temps gris ne vous donne pas envie de sortir de votre couette: restez-y. Faites-vous un thé à la menthe bien chaud et profitez-en pour regarder la collection de DVD que vous aurez achetée auparavant à la Médina ou à Takadoum (Magasin sur la grande avenue de palmiers de Takadoum à droite en venant de Ben Barka, devanture rouge) ; comptez de 7 à 10 DH par DVD. N'hésitez pas à demander à visionner une partie du DVD avant l'achat, cela vous évitera d'avoir un DVD de trop mauvaise qualité ou avec la bande son en russe. Nous savons bien que la contrefaçon est illégale... mais nous n'avons pas encore trouvé de filiale de la

FNAC ou Virgin sur Rabat à notre plus grand regret.

Vous pouvez également surfer sur Internet pour trouver quelques idées **de loisirs créatifs**...Une petite idée pour Noël et vos têtes blondes…J'ai découvert les **« tampons-patates...** » très simples, économiques et résultats sympas:
Pleins d'autres idées sur *www.teteamodeler.com ou*

Les tampons patates!

Selon son âge aidez votre enfant à :
*Dessiner des formes simples sur la feuille de papier comme des coeurs, des fleurs, des feuilles …
*Découper les formes avec des ciseaux.
*Couper la pomme de terre en deux, dans le sens qui convient le mieux à la taille du motif à reproduire.
*Poser le motif en papier sur la pomme de terre et la en suivant les contours de ce modèle. Evider les parties devant l'être pour faire ressortir la forme en relief.

Demandez à votre enfant de :
*Déposer la peinture dans un récipient ou sur une assiette en carton.
*Enduire le motif en relief de la pomme de terre.
*Appliquer la pomme de terre sur la feuille de papier (ou toute autre surface à décorer)
*Retirer délicatement la pomme de terre.
*Laisser sécher.
*Compléter éventuellement le motif avec de la peinture ou des feutres.

www.momes.net. Cartonnage, dessin, peinture, pâte à sel, etc. pour tous les âges et tous les parents avertis ou non!

Sinon cuisinez... Munissez-vous de jolis emporte-pièces, de la recette des sablés (voir plus bas) et vos enfants feront de la pâte à modeler pendant des heures avant de déguster ou offrir leurs œuvres en forme d'étoiles ou d'éléphants. Il y a pleins d'emporte-pièces dans les petites boutiques autour du marché central. A 5 Dhs pièce vous aurez le choix entre la main de Fatma ou le cœur...pour les plus class!

Petits sablés pour 6 personnes :

200 g de farine	5 cl de lait
100 g de beurre ramolli	1 pincée de levure chimique
100 g de sucre en poudre	2 jaunes d'oeuf pour la dorure

*Versez les 200 g de farine dans un saladier, ajoutez la pincée de levure et mélangez.
*Creusez un puits et déposez les 100 g de beurre découpés en dés et les 100 g de sucre.
*Mélangez du bout des doigts.
*Formez à nouveau un puits, déposez les 5 cl de lait et mélangez à nouveau du bout des doigts.
*Votre pâte doit être parfaitement liée.
*Formez une boule de pâte, enveloppez la dans un film alimentaire et déposez la au frais pendant 1 heure (ou pas si ça trépigne derrière vous!).
*Sortez la pâte 5 minutes avant de la travailler.
*A l'aide d'un rouleau faites étaler la pate sur une épaisseur de 3 mm sur un plan de travail fariné.
*Faites découper des petites formes avec des emporte-pièces.
*Rangez les biscuits sur un plaque de four couverte de papier sulfurisé. Badigeonnez-les de jaune d'oeuf battu en vous aidant d'un pinceau.
*Mettez à cuire pendant environ 10 minutes. Dans un four chauffé à 180°.

Au second jour de pluie, vos enfants ne tiennent plus en place et veulent bouger ? Accompagnez-les au **Méga Mall** profiter d'une après-midi à la **patinoire, au bowling ou s'éclater sur les jeux gonflables.**

Si vous êtes équipés de bottes et cirés, vous pouvez également aller **sauter dans les flaques du Parc du Hilton-Sofitel ou admirer les vagues d'un océan déchainé** le long de la promenade à Harhoura (autoroute sortie Témara, direction Skhirat, parking Hôtel Le Littoral).

Et si les journées pluvieuses vous donnent vraiment le cafard, partez un week-end à Marrakech, il y aura forcément du soleil ! Et un Hammam ça vous dirait pas?

Hélène

C'est bien d'ici: le hammam…

Si en arrivant à votre RDV de dentiste vous commencez à vous déshabiller et à chercher les étriers.... Si vous êtes tentés d'en découdre au feu rouge avec le type de la voiture de devant (1,90m au garrot à côté de votre minuscule 1,57m) après avoir subit la 152ème queue de poisson de la matinée... Si vous appelez régulièrement votre femme de ménage/patron/ collègue/ "chéri(e)"... Si à 22h30 vous avez l'impression d'avoir vécu la nuit blanche de votre vie... Si votre seul effort intellectuel de la journée consiste à lire" Elle" ou" l'Equipe"....

Pas de doute: vous êtes crevés, exténués, au "bout du roul's", stressés, surmenés, tendus du string et il va sérieusement falloir songer à vous détendre...Il existe évidemment mille manières de le faire...mais pensez au Hammam! Ca détend...Enfin, c'est ce que je croyais!...

Me voilà donc partie, serviette et maillot de bain sous le bras, à la découverte du hammam de mon quartier, bien décidée à me délester de mes tensions, de quelques toxines et de mes peaux mortes!

Première étape: vérifier les horaires d'ouverture pour les femmes (ou pour les hommes).

Le premier truc, au hammam, c'est l'équipement! Pas la peine, en effet, de sortir votre super maillot Eres et les mules à talon 12 cms à croquer qui vont avec (et qui vous font paraître, cela dit en passant, le cuissot avantageusement fin et galbé)! On s'en fout!
De toute façon, le maillot de bain va sauter au bout de 30 secondes de gommage et les talons sont l'équivalent d'un sèche-cheveux dans votre baignoire (...Et puis, vous voulez épater qui, franchement? Vous verrez, quand vous serez allongés sur le

ventre, au milieu des copines, à vous faire pétrir votre cellulite par une main experte (mais ô combien douloureuse!!) si vous faites toujours la maline!! Non, le hammam c'est 2 pièces à la rigueur (voire string ficelle - qui existe même en version jetable - seulement...Ben oui, au hammam, il faut savoir se débarrasser de ses complexes et se la jouer: « je suis hyper fière de mes rondeurs que j'exhibe d'ailleurs avec bonheur devant vos 100 paires d'yeux médusés sans me départir le moins du monde de mon flegme et de ma superbe »...Et faire semblant d'y croire!).

Maillot deux pièces donc et **crocs** (oui, je sais c'est archi laid mais je vous rappelle que ça a quand même eu sa petite heure de gloire voici 2 ou 3 étés et que ça reste LA pompe top pratique en piscine ou hammam), **tapis plastique** (pour éviter les mychoses lorsque vous serez étroitement en contact avec le sol), **seau** si possible en pneu (effectivement, difficile à trouver aujourd'hui alors que c'était légion voici quelques années…), **savon noir** (à acheter au poids en médina), **gant spécial gommage** (là aussi en médina), éventuellement **henné** (du neutre pour la brillance des cheveux), **gel douche, shampoing, huile de massage**...Enfin, tout pour vous bichonner et vous faire plaisir…

Une fois équipée, c'est parti mon kiki!! Plongez-vous dans l'ambiance (moite!) et laissez-vous aller! Bon, si vous êtes comme moi, c'est-à-dire plus habituée aux ambiances moites de vestiaire de fin de match de foot et aux grosses blagues lourdes de vos potes qu'aux petites messes basses chuchotées entre filles, dites-vous bien, que c'est comme tout: vous apprendrez et vous ne pourrez plus vous en passer!

Fitness
Soins du visage
Massages
Pédicure
Coiffure
Manucure
Kinésithérapie
Aquagym
Bébés nageurs
Natation
Cellu-M6
Al Mélia Bien-être
36, av. Al mélia, Hay ryad, secteur 3, Rabat
Tel : 0537 715 868 - 0661 130 949
Mel : info@almelia.ma

Une fois installée, laissez-vous pétrir, malaxer, exfolier, gommer, masser, rincer, shampouiner, laver....Comme un petit bébé dont vous ne tarderez d'ailleurs pas à retrouver la peau...Un bonheur! Enfin presque...Car, en bonne européenne que vous êtes, vous ne tarderez pas à subir le regard dégouté du reste de l'assemblée, à commencer par votre tortionnaire attitrée, lorsqu'elle vous montrera d'un air de reproche à peine masqué: un gant noir de crasse!! Pour ma part, j'ai tenté de balbutier que je me lavais pourtant tous les jours et même plusieurs fois, mais, malgré ma méconnaissance totale du darija, j'ai bien compris toute la moquerie du ton!! Honte sur moi! Je n'osais même plus tenter un regard vers mes consœurs et m'employais derechef à me faire la plus discrète possible!

Petit conseil si vous ne voulez pas vous retrouver rouge pendant deux jours: n'hésitez pas à dire à la brave Fatma chargée de votre décrassage, d'y aller mollo! En effet, notre épiderme délicat et blanc n'a pas forcément la même résistance que celui de nos consœurs marocaines et une telle exfoliation ne peut, à mon humble avis, n'être pratiqué qu'une fois par mois, sous peine d'y laisser sa peau!!

N'hésitez pas à copiner avec votre voisine de tapis qui vous conseillera les produits à acheter pour la prochaine fois et peut même vous prêter les siens! Echange de bons procédés, n'hésitez pas à lui faire découvrir votre sublissime shampoing à la gelée royale: elle appréciera certainement!
Alternez eau chaude, eau froide (un délice et très bon pour la circulation)...Ensuite, vous pouvez dans certains hammams demander un massage...Je vous laisse imaginer le bonheur total (vos nouvelles copines sauront vous conseiller sur la meilleure masseuse du lieu)!Et là... Finissez de fondre!

Ensuite....Rentrez vous coucher! Vous serez é-rein-tée! Essayez donc de prévoir votre hammam en fin de journée et évitez les jours où vous avez une super soirée car vous serez rougeaude et claquée!
En revanche, dès le lendemain, à vous la peau de bébé et l'air apaisé! Tentant, non?!
Alors, à vos seaux, partez!!

Lady Vava en direct du Hammam
de la rue du 16 novembre

(Remontez la rue du 16 novembre jusqu'au bout. Vous laisserez donc sur votre gauche la poissonnerie "Entre 2 mers", puis une petite école marocaine. C'est le dernier portail noir en fer forgé quasiment à l'angle du bd Ibn Sina et de la rue du 16 nov. Il faut entrer dans la cour...Mais il y a un gardien, charmant d'ailleurs! Attention, ce n'est pas indiqué (simple petit encart en bois indiquant les horaires dudit hammam mais qui peut vraiment passer inaperçu)
Horaires: Pour les hommes de 5h30 du mat à 10h du mat puis après 19h. Pour les femmes de 10h à 19h.

Si vous voulez du plus aseptisé que Lady Vava, essayez celui du Moving, du Talaforme ou même Dessange! Vous n'avez rien à apporter et vous vous sentirez peut être dans un cadre plus familié et proche de ce que vous pouvez connaître! Les prix ne seront pas les mêmes!

Etre nouvelle à Rabat Accueil

Pour celles qui sont arrivées il y a quelques années, peut-être ne le savez-vous pas mais l'association a maintenant une renommée qui dépasse largement les frontières marocaines. Il suffit de dire en France que tu pars t'installer à Rabat pour qu'on te réponde sur le champ "inscris-toi dès que tu arrives à Rabat Accueil" !

Une fois que c'est chose faite, une série de bons plans, d'ateliers, rencontres, cafés, déjeuners, apéros, diners, re-apéro, re-café et re-diners se succèdent. Autant de défis qu'il faut se lancer: "Allez aujourd'hui, Charlotte, tu dois parler à 3 personnes que tu ne connais pas encore…"

Et petit à petit la mayonnaise prend. On nous accueille toujours avec le sourire et la volonté évidente de nous aider. Très vite, on fait partie de la Famille et c'est super agréable. Toutes les démarches sont facilitées, l'intégration est rapide.

Pourtant, un petit détail me ramène toujours à ma pauvre condition de débutante, de nouvellement arrivée… Me repérer.

Au début à la question: -"Tu vois où c'est ?" La réponse était indubitablement : "Euh, pas vraiment!", "pas du tout", ou alors carrément "non!". Puis avec le temps, je me suis fait quelques repères. Alors très fière, quelques semaines plus tard, à la question, "Tu vois comment y aller?, je réponds
- Non mais vas-y, explique-moi!

- Tu vois où est Label Vie ? (*Chouette, ça commence bien, je connais*)
- Oui (Smile!)
- Tu prends la première à gauche puis à droite et tu arrives à la Mosquée (*là, ça se complique, la mosquée, quelle mosquée, il y en a partout et en plus celle que j'ai repérée n'est pas aussi proche du Label Vie. On n'a pas du partir du même supermarché!*).C'est bon, tu suis?
- Mouais! (*Je ne vais pas m'avouer vaincue aussi vite*)
- Tu continues tout droit tu arrives à la rue machin chose, qui en fait s'appelle truc muche et tu tournes dans le premier passage mais attention il n'est pas bien indiqué! et tu…
- STOOOOOOOOOOOP, c'est bon, je capitule, je suis perdue, on réessayera dans quelques mois quand je serai passée au statut de "vieille nouvelle".

Pour finir, une petite histoire vraie. Il y a quelques jours, dans l'avion, j'ai rencontré une charmante jeune femme française. Après quelques échanges sur les écoles des enfants, les activités, les lieux d'habitation, je lui pose LA question "Tu fais partie de Rabat Accueil?". Là, aussi incroyable que cela puisse paraître elle me répond que non!

Une dissidente!!! Je m'aventure alors à lui demander pourquoi ce refus et un peu gênée elle m'explique: "quand je suis arrivée à Rabat, Rabat Accueil n'existait pas. J'ai dû tellement galérer toute seule que je suis un peu jalouse que tout soit aussi facile pour vous maintenant…"

Sans commentaire et juste un immense MERCI.

Charlotte

Le pré-Aïd: Le marché aux moutons

Par une belle après midi pluvieuse (très pluvieuse), nous sommes partis mon fiston (pas mon dog) et moi faire un petit reportage photos sur la préparation de l'Aid, la fête des ces pauvres moutons!

Au supermarché: c'est Noël!
Ah non c'est l'Aid!

Avant l'Aïd, Rabat est en ébulition: il faut trouver, choisir, acheter, transporter, s'occuper de son mouton. Dans les grandes villes, la fête semble avoir un peu perdu de sa signification première. C'est la course au mouton: les enfants vont chez les uns et les autres pour voir le mouton: plutôt rigolo. Moins drôle quand ce sont les femmes qui vont regarder ce que le mari de la voisine a acheté comme mouton. "T'as vu chéri, le mouton qu'elle a Fatima? j'en veux un plus gros"…Les commérages vont bon train. Quand on sait qu'un mouton vaut dans les 1500 à 2300 dhs et que le salaire moyen est un peu près de 5000 dhs….C'est la période des étrennes pour les employeurs!

Bref pour acheter son mouton…Soit aller au Marjane:

Tout est bien organisé: de l'enclos à l'obtention d'un crédit...

Soit se rendre dans le marché aux moutons de son quartier: on est ici à Hay Nadha.
Se garer sous les ordres des gardiens: paf 5 dh pour un:
- "Zid zid Madame, pas de problème Madame".
- Ok j'y vais
-" Zid zid, zid zid"
- Ok c'est bon j'y vais
- PAF je viens d'emboutir mon phare arrière droit…
- Faut faire attention Madame à ta voiture…. C'est cher la voiture Madame...
-Grrrr….Vous étiez juste censé me guider: Grrrrrr!

Repérer un mouton dans la boue, la gadoue, les bêlements, les cris….Tous ça avec mes jolies converses blanches…(enfin qui étaient blanches): j'avais pas vraiment prévu ce sol ultra glissant et visqueux!

Réfléchir en se rassasiant à la bête qu'on va offrir en sacrifice (un bon petit bol de pois chiches fumant y'a rien de mieux (le pop corn ou chouchou local!)
Je prends des photos en essayant de ne pas glisser et de me fondre dans le paysage... « Maman, tu crois que les enfants ont le droit d'être là? ».
« Mais oui pas de problème chéri...En revanche les femmes, j'en vois pas

des masses! »

Choisir son mouton, négocier, payer….c'est fait! Oh les belles cornes. TERRIBLE: Il parait que cette année, certains avaient collé de fausses cornes à des brebis… Oououh Madame n'a pas dû être contente!

OH la belle bête: Enfants, épouses, belle-mère, cousins, oncles et tantes vont être fiers!

S'atteler au problème du transport du mouton. Là on est content d'être sur un sol boueux et visqueux; ça glisse...Mes converses blanches aussi!

Acheter de quoi le ficeler et l'attacher. La corde servira aussi le jour J pour pendre la bête

Coté transport on a donc le choix entre:

A pattes (mais pas en converses blanches)

A dos d'homme

En charette

J'ai testé pour vous

En transport collectif

En prenant donc le bus: et en l'attendant!!!

Ou en taxi blanc: dans le coffre car il faut que 7 personnes rentrent dans l'habitacle intérieur!

En voiture semi-individuelle!

Enfin en transport privé.

Mais aussi, en mob, en vélo, en skate: il faisait trop moche ce jour-là pour ce genre de transport assez aléatoire!

Après avoir acheté le mouton il faut penser aux quelques jours qu'il va passer à la maison, sur le balcon de votre appartement…Il faut **donc acheter de quoi le nourrir.** Direction les petites tentes pleines de paille!

Puis pour le jour de la FETE, il faut penser à:

De bons couteaux: en vente dans toutes les grandes surfaces. Faites aussi aiguiser vos couteaux auprès des rémouleurs alignés sur le trottoir!

De quoi découper les morceaux de la bête

De quoi la faire cuire: Braséros...

Tajines

De quoi laver, se laver, stocker: les indispensables bassines en plastique.

Et enfin, tables et chaises pour **réunir toute la famille!** Y'a plus qu'à...

Isabelle, en direct d'Hay Nadha.

EUROMOVE
Déménagements
Nationaux
& Internationaux
0522 342 035 - 0661 961 555
Lotissement Al Hadika - km 8,5 - Rte de Rabat - 20250 Casablanca
Fax : 05 22 34 20 36
miguel.fernandez@euromove.ma - www.euromove.ma

DEMENAGEMENTS PARLANTI
Pour vos biens
les plus précieux...
Déménagements nationaux et internationaux
Transport terrestre, maritime et aérien
Tél.: 0522 666 999+
Ain Sebâa Center - Km 8,5 - Rte de Rabat - 20250 Casablanca
Fax : 0522 666 966 - E-mail : d.parlanti@menara.ma

La recette des boulfafs

(ou l'Aïd El Kebir raconté façon Maïté)

Choisissez un mouton selon votre goût.

Le mouton choisi doit avoir au minimum 1 an et entrer dans sa 2e année. Celui qui n'a pas de quoi acheter un mouton peut acheter une chèvre, mais on peut aussi sacrifier une vache ou un chameau si la famille est suffisamment nombreuse. Dans la tradition marocaine pas question de ne pas avoir son mouton le jour de l'Aïd. Certaines familles s'endettent pour pouvoir l'acheter, et plus le mouton est gros (donc cher), mieux c'est.

Transformez-le en bonne pièce de viande fraîche.

Le jour de l'Aïd on ne tue pas le mouton, on ne l'abat pas non plus, on le sacrifie. Cela en commémoration du miracle opéré par Dieu qui substitua un bélier au fils qu'Abraham lui offrait en sacrifice. Le rite doit être accompli par un homme pieux qui tranche la carotide de la bête (couchée sur le flanc gauche et dont la tête est dirigée vers La Mecque) sans le faire souffrir, en prononçant le nom d'Allah. Il faut pour cela un couteau bien aiguisé, d'où les rémouleurs qui se tiennent à tous les coins de rues dans la Medina ce jour-là.

Posez la bête à plat sur votre plan de travail.

Ledit « plan de travail » peut être une terrasse, une cour, une cuisine, une salle de bains... tout endroit qui pourra se nettoyer facilement car le mouton perdra des litres

Soufflez délicatement sous la peau pour faciliter l'épluchage.

Une encoche est pratiquée au niveau de l'une des pattes du mouton, on souffle dedans et toute la peau se décolle, si bien que le mouton se gonfle comme un ballon de baudruche. Ici le « boucher » souffle à la bouche, mais de plus en plus, pour des raisons d'hygiène, on utilise des souffleurs mécaniques ou automatiques comme ceux qu'on utilise pour gonfler un matelas pneumatique.

Epluchez-le soigneusement.

Le « boucher » enlève la peau de l'animal. La tête et les pattes seront collectées par les jeunes du quartier qui les brûlent pour quelques dirhams sur des bûchers improvisés dans la rue. Les viscères sont retirées de la carcasse : celles qui sont comestibles (foie, cœur, tripes, cervelle, crépine,...) sont soigneusement nettoyées, l'intestin est vidé et les autres parties sont jetées.

Détaillez le foie mi-cuit en petits morceaux de la taille d'un dé.
Astuce : ne jetez pas le reste du mouton, vous pourrez l'utiliser dans grand nombre d'autres recettes délicieuses.

La viande du mouton doit reposer avant d'être suffisamment tendre pour être consommée. C'est pourquoi le jour-même du sacrifice on cuisine traditionnellement les abats, et notamment le foie. Dans certaines familles on consommera l'une des épaules le soir même (dans un couscous, un tajine…), dans d'autres familles on attendra le lendemain. Dans tous les cas la quantité de viande est impressionnante et mieux vaut avoir fait de la place dans son congélateur ! C'est aussi un jour de grand partage.

Déposez les morceaux de foie dans un saladier où vous les mélangerez avec quelques épices (sel, cumin, piment).
Ça c'est la partie sympa du travail. Pendant ce temps-là, il y en a qui sont en train de gratter avec un couteau l'intérieur de l'intestin, centimètre par centimètre, pour le débarrasser des aliments à moitié digérés par le mouton et pouvoir cuisiner des tripes qui seront dégustées le soir ou le lendemain. Et ça, c'est long et surtout ça sent très mauvais.

Enroulez chacun des morceaux dans une fine bande de crépine.

La crépine est la « membrane graisseuse et transparente qui enveloppe les viscères du veau, du porc (ndlr : et donc du mouton), utilisée en cuisine » (merci Petit Robert). Après l'avoir soigneusement nettoyée et faite sécher, on la découpe en lamelles pour entourer les morceaux de foie. Finalement c'est assez proche de nos pruneaux au lard!

Piquez les boulfafs ainsi obtenus sur des brochettes, passez-les quelques minutes au barbecue. Dégustez.

Notre appréciation : c'est délicieux les boulfafs! Un peu long à préparer peut-être, mais c'est un moment de convivialité bien agréable, chacun mettant la main à la pâte.

Pour les amateurs, prévoir des vêtements qui ne craignent rien, puis des vêtements de rechange, et pour les âmes sensibles essayer d'arriver quand le mouton ressemble déjà à une carcasse : quand le mouton, encore entier et à peine sacrifié, est pris de soubresauts et se relève sur ses pattes avant alors qu'il est mort (réflexe des nerfs), ça fait vraiment bizarre!

Alexandre et Bénédicte pour vous à l'Aid

Préparer et passer Noël à Rabat!

Début Novembre...Extraordinaire...Les décos de Noël sont déjà sorties, Rabat s'illumine et se pare de ses plus beaux atours. Incroyable dans un pays musulman de préparer autant à l'avance cette belle fête très chrétienne de Noël… A moins que...Ah oui l'Aid approche...Ah oui ces belles guirlandes, la route des Zaërs illuminée, ce ne doit pas être pour le petit Jésus ou pour le Père Noël… Oh! Ce n'est pas grave...dans un mois toutes ces décorations feront l'affaire pour Noël...Au moins dans la rue car pour chez soi ce sera une autre affaire… Il va faire froid et humide alors il va falloir récréer la magie de Noël avec les moyens du bord.

Pour vous qui préparez Noël et qui peut-être allez ouvrir vos cadeaux à Rabat, voilà quelques conseils et quelques bons plans! A notez que de plus en plus de marocains fêtent « Noël » (les classes les plus aisées): vos courses et recherches sont donc plus faciles qu'il y a quelques années!

Vous mettre dans l'ambiance

Sortez vos CDs de Noël
Concoctez-vous un bon vin chaud
Allumez un feu dans la cheminée (que vous aurez bien sûr préalablement faite ramoner)
Enfilez vos moufles, guêtres, cagoules et polaires
Recyclez vos clubs de golf pour vous entraîner au planté de bâtons

Ca y est, vous commencez à être dans l'ambiance. Fermez les yeux. Vous voyez des lumières, des sapins, du rouge, du vert, de la neige (si si souvenez-vous!), vous sentez presque l'odeur du sapin… le sapin ? Mince, le sapin ! Chéri, tu penses que le Palmier de Noël ça passera ?

Décorer la maison

Le sapin

S'il n'a pas fait partie de votre déménagement, vous pouvez en trouver chez *Marjane*, certes synthétique, mais plusieurs tailles sont proposées. C'est très écolo et il vous durera quasiment toute votre vie! Sinon, vous pouvez aussi aller chez votre pépiniériste préféré (renseignez-vous bien sur les prix car un vrai sapin peut s'avérer onéreux). *La Main Verte*, pépiniériste derrière le *Marjane* et le fleuriste en haut de l'avenue Fald Ould Oumeir, à coté du marchand de fruits (Avenue qui part depuis le rond point de Descartes-Agdal) en proposent. Celui avant d'entrer dans le parking du *Marjane* en a parfois. Apparaissent aussi de temps en temps des sapins au marché aux fleurs de la Place Piétri (près de la Préfecture de Police, où vous faites faire vos cartes de séjour marocaines, dans le centre, à gauche à la mosquée en haut de l'avenue Mohamed V en venant de la médina)

Vous pouvez aussi attendre (combien de temps?) que quelqu'un sonne à votre porte pour vous proposer de vous rapporter chez vous un sapin de Noël quelques jours plus tard. Attention, dans ce cas, il se peut que vous vous retrouviez avec un thuya – plusieurs tailles sont proposées également – et ils se décorent aussi. (comptez dans les 100 Dhs pour un thuya assez grand) A vous de voir !

Enfin faites attention car le sapin est le plus souvent vendu sans « pied » en croix. Alors pour qu'il tienne debout et ne se renverse pas sur vos têtes blondes ou vos invités, pensez à vous fabriquer un pied ou à acheter un pot à Oulja pour l'occasion.

Les décorations de Noël

Vous en trouverez au *Label Vie*, au *Marjane* ou chez *KShop* (Galerie *Label Vie*), *Kitea* ou *Metro* (notez que pour ce dernier, vous n'avez absolument pas besoin de carte de professionnel, votre passeport suffira: bon à savoir!).

Pour réduire votre budget, vous pouvez aussi en trouver dans la Médina dans la rue qui longe l'arrière du marché central, allez vers la gauche sous les petites arcades; tout un tas de petites échoppes croulent sous les décorations. Vous y trouverez de la bombe à neige, des guirlandes, des boules, des bonnets de Père Noël à pompons, des chaussettes à suspendre aux cheminées et plus original, des boîtes en forme de tarbouche et babouche (3 Dhs la boite) pour y glisser vos petits cadeaux. Les prix sont très abordables, mais n'hésitez pas à négocier. Vous y trouverez également du papier cadeau, du papier de soie, des rubans, etc.

La crèche

Vous êtes fans de santons, mais vous vous dîtes que, ici, pour cette année, c'est raté…

Et bien non! Pour les santons couleur locale direction Oulja. Sur le grand parking, au fond à droite, une petite échoppe située dans l'angle regorge de petites figurines en terre cuite, peintes ou non, de toutes tailles, avec tous les personnages de la crèche, y compris les animaux et les rois mages. Comptez 25 Dhs le petit personnage (peut être moins si vous dîtes que vous êtes de Rabat Accueil!). Vous y trouverez également d'autres figurines représentant de nombreux corps de métier ou scènes de vie (brodeuse, arracheur de dents, cérémonie du thé ou encore homme à dos de mule, portable collé à l'oreille, surfeurs) qui pourront apporter une touche originale à votre composition.

Pour abriter tout ce petit monde, rien de telle qu'une petite tente berbère (façon maison de poupée) que vous trouverez rue des Consuls sur le bord de la première fontaine. Il vous en coûtera entre 100 à 200 Dhs suivant la taille et vos talents de

négociateur.

Les bougies

Si vous cherchez des bougies et bougies chauffe-plat, vous en trouverez chez *Label vie, Marjane* ou *Métro* (attention taille, couleur et quantité suivant arrivage !). Pour des bougies plus décoratives, vous en trouverez dans la médina dans de très nombreuses boutiques. Ils proposent de nombreuses sortes de bougies dont celles de couleur dans des verres beldi (compter 25 Dhs la bougie).

Votre banquet de Noël

La nappe

Le rouge étant de rigueur (mais vous trouverez en fait ce que vous voulez!), vous trouverez des sabras chatoyants (étoffe tissée de soie végétale) dans la médina. Pour cela, il vous suffit de flâner dans la rue des Consuls.

Toutefois, voici deux adresses bien connues: tout au début de la rue sur la gauche avant le Commissariat, la Coopérative de sabras et un peu après la fontaine, dans une petite rue sur la droite, la boutique de Saïd, avec un grand métier à tisser que vous ne pouvez pas rater! A partir de 200 Dhs la nappe de 200x160. Et si vous vous y prenez à l'avance, vous pouvez commander le sabra dont vous rêvez qui après Noël pourra être recyclé en plaid, rideau, jeté de lit…

Plus ludique, achetez un bout de tissu façon voilage brodé d'or ou d'argent au souk des tissus de Salé ou dans les boutiques de tissus dans la médina de Rabat, (tout au bout de la rue des Consuls, dans le Mellah). Disposez-le sur une nappe blanche: table de fête originale assurée!

Les décorations de table

Pour continuer, dans la même logique, les ronds de serviettes en passementerie de toutes les couleurs chez Rabat Cadeau (rue des Consuls plutôt en haut sur la droite en venant des Oudaïas) ou à l'angle de la rue des consuls et de la rue Zouikna (rue des chaussures) sont des incontournables qu'on nous envie même de l'autre côté de la Méditerranée. Comptez 100 Dhs les 12.

Les fleurs

Si vous n'avez aucune idée de comment réaliser un beau bouquet, il vous reste toujours la possibilité d'aller acheter des fleurs ou pétales de fleurs au marché aux fleurs place Piétri. Laissez vous tenter car vous fleurirez vos tables sans vous ruiner. Les bouquets proposés sont en général réalisés pour des fiançailles et des mariages (et non pour des enterrement comme le pensent beaucoup!!). Le fleuriste en face du Label Vie fait aussi de très jolis bouquets.

Les verres beldi

Les verres beldi – une valeur sûre ! – ont de multiples fonctions : verre à eau, verrine, petit vase, support bougie, etc. Vous les trouverez dans la rue des Consuls ou près du marché Central. N'hésitez pas à en demander dans les échoppes quincailleries ou celles qui vendent des théières car comme ils sont beldi ("traditionnels"), ils ne sont pas forcément en vitrine. 25 Dhs la douzaine pour la taille classique.

Les assiettes

Les enseignes de vaisselles en gros de l'Agdal comme *Direct Usine* toujours sur cette rue qui descend du rond point de Descartes proposent de bons prix: pour 180 Dhs vous repartirez avec 6 assiettes, 6 petites assiettes, 6 bols et un plat! Vous en

trouverez des plus chics du Mahaj Ryad. Vous pouvez aussijouer l'aventurière et passer le pont du Bouregreg pour vous retrouver dans un magasin de poterie d'Oulja. Prenez votre temps, flânez, discutez car chaque artisan a sa technique, ses couleurs, son coup de pinceau… et son prix! Vous pouvez vous faire un service complet original pour un prix raisonnable.

Les couverts

Euh là, on est un peu courte. Alors, faites-le à la marocaine. Lavez-vous les mains et mangez avec la droite! Sympa pour le foie gras non?

Sinon, chez *Arabesques* (avenue Fald Ould Oumeir sur la droite en descendant), *Alchimies* (une petite rue à gauche après l'hôtel Hassan) ou *Coté maison* (Avenue Ibn Sina sur la droite en venant du rond point d'Ibn Sina dans un coin avec des pots en poterie), boutiques d'artisanat marocain d'exception, vous trouverez des cuillères à café beldi aux rayures de toutes les couleurs. On vous l'accorde, ce n'est pas très clair, mais allez voir ces boutiques et faites vous plaisir.

Le repas de Noël

Les huîtres

Il y a des huitres au Maroc. Ceux qui connaissent Oualidia sur la côte Ouest du Maroc en dessous d'El Jadida, ont du voir les immenses parc à huîtres... Deux adresses à Rabat où vous pouvez en acheter et on vous les ouvrira : Poissonnerie *Entre-deux Mers* à Agdal (05 37 67 41 51 ou 52, derrière *Chez Paul*) et *Poissonnerie Hassan,* Zankat Mohammadia N22 Quartier Hassan (en vrai, rue de l'hôtel Tour Hassan en descendant , une rue sur la droite après une grande poubelle Véolia qui fait le coin et qui est toujours là et une devanture bleue à 30 mètres dans la rue - tel 05 37 20 02 73 et 06 61 37 25 23) . Pensez à commander à l'avance

et à ramener vos plateaux.

Bien entendu, outre les huîtres, vous pouvez aussi commander d'autres fruits de mer pour agrémenter votre plateau. Sachez toutefois que bien souvent ils vous seront vendus crus. A vous de préparer le bouillon !

N'hésitez pas à vous rendre aux différents marchés aux poissons: on est près de la mer alors autant en profiter. Julien vous livre ses secrets…

Le marché central de Rabat (en face de la médina) : facile d'accès, beaucoup de choix. Il faut chercher les beaux poissons et négocier le prix (bonite 3 Kg => 70 Dhs)

La criée de Skirhat: A 20 minutes de Marjane Hay Ryad par l'autoroute, sortir à Skirhat puis à droite et tout droit. Après le rond point se garer, c'est à droite. Tous les pêcheurs rentrent vers 10h00 pour vendre leurs poissons à 11h00 aux restaurants qui les proposent à midi. A Skirhat, les pêcheurs restent proches de la côte et pêchent en petite quantité (bonite 3kg => 50 Dh) .Vous pouvez acheter à la criée et sur la plage. La criée est plus facile. La plage plus difficile mais pittoresque. Le plus de Skirhat, c'est Mustafa (06.64.95.34.12) qui vend des crabes vivants 15-40 Dhs pièce.

Julien Huré

Le port de Mediya: 45 minutes de Rabat sous la citadelle portugaise de Médiya. Comme Skirhat, il faut y être à 10h00. Mais ici, il y a plus de choix car il y a des chalutiers. Un autre plus est la balade touristique de Médiya (la plage, le port, la citadelle) . Il y a 3 points de vente: la criée (inintéressante car chère), le port des chalutiers (là vous achèterez aux pécheurs directement mais par caisse de 15/20 Kg mais à 100/300 Dhs la caisse) et le port des petits bateaux (il y a un marché que j'aime bien avec des bonites 3 Kg à 30 Dhs) mais le mieux est de descendre les escaliers pour acheter à la sortie du bateau. Là c'est vraiment le moins cher et le plus frais. Il faut juste pousser des épaules, comprendre rapidement les prix et proposer 10

Dhs de plus que l'acheteur avant vous! (bonite 3 Kg => 15 Dhs)

Le port de Casablanca : 1 heure de Rabat. Beaucoup de choix, prix raisonnables mais ce n'est pas très bon et pas très beau!

Et le bonus de Julien: choisir un poisson en 3 points:
1/ regarder de loin les yeux. Ils doivent être gonflés et brillants
2/ demander à voir les branchies. Elles doivent être rouge vif, rouge sang
3/ toucher le poisson, il doit être dur / élastique.

Le saumon fumé

Le saumon fumé d'import est disponible en grandes surfaces mais relativement cher. *Le Comptoir du saumon* à Casa (rue Jean Jaurès quartier Gauthier) est spécialisé dans les produits de la mer Baltique, saumon fumé ou non, rillettes de saumon, du caviar et des harengs fumés.

Néanmoins il existe des produits locaux ....Préférez donc le saumon fumé local.
Une bonne adresse à Essaouira qui peut même vous le livrer sur Rabat: *Les Fumaisons d'Essaouira. N° 7 Bd Moulay Hicham Q.I 44 000 Essaouira Maroc Tel: 05 24 47 35 79 FAX: 05 24 4 736 81 Portable : 06 61 34 72 51 Email: fumaisonessaouira@hotmail.com*
Ils ont tout ce qui se fait ne fumaison, gambas, poissons et œufs de poissons. Contactez-les au moins huit jours à l'avance pour passer vos commandes. Livraison en 24h à domicile par transporteur caisse iso box avion. Attention, pour moins de 10 kg de marchandises, le transport est à vos frais. Pensez peut-être à vous regrouper.

Le Porcelet gourmand (Agdal) a aussi du saumon et des miettes de saumon. En venant du Sofitel, prenez tout droit au rond point du tramway puis prenez à droite au niveau de la Poste.

La boucherie-traiteur se trouve au fond à gauche dans un renfoncement en face de la *Société Générale*.

Enfin *Scandimar* (Agdal) propose de nombreux bons produits de la mer: rue Abtal. Quand vous êtes sur Fald Ould Oumeir, descendez jusqu'à la grosse mosquée qui est à votre gauche. Prenez la rue en face (à votre droite); *Scandimar* se trouve sur votre droite plus haut.

Le foie gras

Le foie gras est produit autour de Casablanca, grâce à des élevages de canards importés par avion à l'âge de 3 jours et soigneusement gavés selon nos normes vétérinaires.

Pour trouver localement du foie gras frais ou cuisiné, des magrets de canard et d'autres produits à base de foie gras (galantine, terrine, foie gras "au torchon", magrets fumés etc... adressez vous désormais à L'Assiette du Terroir (David): ils sont à Temara mais livrent à Rabat quasiment tous les jours. wTel: 06 00 62 66 24

Vous pouvez également contacter *Danièle,* une de nos adhérentes qui propose foie gras et bûches de Noël au 06.41.88.39.90 (daniele.fresnel@gmail.com)

Sur Rabat, les épiceries fines *"Vignes de l'Agdal" et Le Chalet Gourmand* proposent également du foie gras frais.

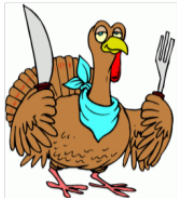
Epicerie fine

Il existe à Rabat plusieurs épiceries fines : *le Chalet gourmand (*Centre commercial Kays à coté du marché de l'Agdal), *la crêperie Ty Pote(* en face de La Véranda, le resto de l'Institut Français: conserves de confit de canard du Sud-Ouest du Maroc ou de rôti de porc), *Les Frères Gourmets* (fondues au chocolat et plein de thés et confitures), *Maymana* (sur la route des Zaërs: confitures, huiles… et bien sur les petits fours). *Aux Vignes de l'Agdal*, vous trouverez des pâtes fraîches farcies (congelées), et des moutardes et condiments variés. *Le Porcelet Gourmand* a également de très bonnes pâtes fraîches.

Bien sûr, de nombreux traiteurs peuvent faire des merveilles pour vos apéritifs ou vos desserts. Vous entendrez ainsi parler de *Bensaid* (route des Zaërs: avant la clinique des Zaërs sur la droite) qui est une des meilleures adresses de la ville et propose, entre autres, de la paëlla et du poisson farci, mais également du traiteur *Fayran (*en venant du centre ville par la route des Zaërs, prenez l'avenue Souss qui part du rond point de Saint-Exupery et continuez toujours tout droit pendant au moins 2-3 km, juste avant l'autoroute après la délégation maritime qui se trouve sur votre gauche, prenez à gauche puis la vraie première rue à droite: c'est là!) On vous propose ici, outre des assortiments de petits canapés, de vous réaliser sur mesure le gâteau de votre choix. Il en est de même pour *l'artisan du pain* dans la galerie d'*Acima* (supermarché après *Marjane* en allant vers Casa)

Pour les bouches plus sucrées, direction *Apia* (rue Oukaimeden, Agdal). Cette coopérative propose toutes sortes de miels (de jujubier, de caroubier, vous connaissiez ?), de tisanes, de douceurs et d'huiles d'olive parfumées (35 Dhs le litre). Il y a également un petit coin cosmétique avec des produits naturels. De quoi faire des cadeaux sympas d'autant que la présentation est soignée.

Enfin un site bien agréable et tout nouveau: http://www.fleurdethe.ma/ avec livraison à Rabat tous les jeudis à partir de 13 h



La volaille

Pour Noël, vous avez des rêves de chapons, dindes fermières ou pintades ? Et bien voici le sésame: environ 15 jours avant les fêtes, vers le 10 décembre, passez commande auprès *de Janine Socquet* au 06 61 10 21 25 !

Bien sur, rien ne vous empêche de faire un Noël plus local en commandant un méchoui dans une boucherie ou chez un traiteur. Il faut compter dans les 1000 Dhs pour un demi agneau qui nourrira environ 17 personnes. Cela se sert accompagné de sel et de cumin… et comble du plaisir, on peut même le manger avec les doigts. Par exemple, *Galaxy*, la boucherie en face de la galerie Label Vie en propose. De

même sur la route de Meknès, allez à *l'Espace des Chênes* (à une petite demi-heure de Rabat, sur votre droite: vous ne pouvez pas le louper, il y a toujours un barrage de police) pour acheter un très bon méchoui au kilo! Pour les fois où vous n'êtes pas 17 à table!

Les fromages

Si vous êtes vraiment en manque de lait cru et de tête de moine, ou soyons fous, peut-être même qui sait du fromage de votre village natal, il vous faut absolument contacter la *Fromagerie Meignat* qui importe ses produits de France et peut livrer à domicile. Depuis bientôt 50 ans, elle fait partie du paysage fromager français à... Marrakech. Rendez-vous sur le site www.fromagerie-meignat-maroc.com.

Le clos Babette, petite entreprise familiale située à Fès fait des fromages de chèvres. Crottins de chavignol comme si on y était et Sainte Maure de Touraine, (mais en fait de Fès !). Rendez-vous de nouveau au *Porcelet Gourmand*. Au *supermarché Souissi* (sur la route des Zaërs), il y a des petits arrivages de fromages beldi excellents et à la *crêperie Ti'Pote*, du chèvre frais de Chefchaouen et du fromage espagnol. Dernière alternative, soudoyez vos copines qui rentrent pour les fêtes, mais prévoyez de fêter Noël plutôt mi-janvier.

Les chocolats

Plusieurs enseignes sont présentes à Rabat : *Jeff de Bruges* (Galerie Label Vie Zaërs), *Pralines d'Or* (chocolat pour diabétiques), *Maymana* (mendiants). Rendez vous aussi dans la chocolaterie à coté de chez *Le Nôtre* sur la route des Zaërs en face du Label Vie.

La bûche de Noël

Une vitrine remplie de bûches de Noël ? Non vous ne rêvez pas, vous êtes bien sur l'avenue Allal Ben Abdellah (la parallèle à

Mohamed V après le resto-café-ciné 7ème Art) dans la célèbre pâtisserie *Majestic*. Si vous bravez les guêpes, vous aurez bien mérité votre bûche ! Rassurez-vous les guêpes sont un gage de vrai bon sucre…*Danièle*, citée plus haut vous en livre aussi à domicile!

La cave du Père Noël

Pas de fête sans quelques petites et bonnes bouteilles de vin.

Depuis une dizaine d'années au Maroc, la viticulture a fait d'énormes progrès. Des régions qui produisaient autrefois de petits vins nous proposent aujourd'hui des vins de bonne qualité, très agréables à boire, se consommant immédiatement, abordables ou d'un très bon rapport qualité-prix.

A Rabat, nous avons donc la chance d'avoir 2 viviers où puiser : des vins français et des vins marocains.

Vins Marocains

Les vins marocains sont pour la plupart vinifiés par Les caves de Benslimane, les Celliers de Meknes et les Domaines de Sahari. Ils proposent tous des vins de bonne qualité et en général plus vous y mettez le prix plus vous en aurez pour votre argent!

>>Vins blancs – pour poissons et crustacés :

Siroua - simple et sans prétention - environ 40 Dhs.

CP Sémillant – sympa à l'apéro - environ 40 Dhs.

S de Siroua - ne manquera pas de séduire vos convives sur un poisson ou des crustacés – environ 85. Dhs.

Ferme rouge - Terres Blanches: environ 80 Dhs (existe en coffret, sympa à offrir!)

>>Vins rouges – pour tajines et viandes rouges :

La Comtesse de la Courtablaise – assemblage proche des Bordeaux - autour de 8O Dhs.

D

Domaine de Sahari Reserve - accompagnera agréableme vos tajines et autres viandes - autour de 8O Dhs

Ferme Rouge - Terres Rouges: environ 80 Dhs

Note de fête: les caves de Benslimane vendent leurs vins sur place et vous proposent aussi certains vins en magnum.

Pour un repas de fête, pourquoi ne pas vous laisser tenter par le Château Roslanne, 1er Cru classé des Côteaux de l'Atlas, ou Initiales CB. Tous les deux sont vinifiés comme les grands Bordeaux et vous donneront des sensations proches de celles des grands vins français – autour de 180/200 Dhs.

Vous trouverez tous ces vins dans les grandes surfaces telles que *Marjane* ou *Label Vie*. Pensez aussi à aller chez *Nicolas* (Fald Ould Oumeir, vers le bas, au lieu d'aller à gauche vers la gare, prendre à droite à ce niveau!), les *Caves du soleil (*avenue Michlifen dans l'Agdal) et enfin les *Vignes de l'Agdal.*

Vins français

Si pour vous, vin de fête rime avec vin français, rassurez-vous. Toutes les régions françaises sont représentées à Rabat. Partout vous trouverez des Bordeaux, des Bourgognes, des Côtes du Rhône, mais aussi des vins d'Alsace, de Loire, du Languedoc-Roussillon ou du Sud-Ouest. Compter en moyenne de 10% à 50% de plus par rapport à ce que vous paieriez en France, suivant les produits. Et alors, c'est Noël…

Comme en France, seuls les cavistes (*Les Vignes de l'Agdal, Les Caves du Soleil, Nicolas*) pourront vous donner un conseil de professionnel et reprendre éventuellement vos bouteilles en cas de problème (bouteilles bouchonnées ou madérisées, rapportées pleines bien sûr).

Champagne

Pour les inconditionnels du champagne, sachez qu'il est ici très cher. Alors si vous voulez un bon tuyau, pensez à demander à vos amis ou à la famille qui auraient la bonne idée de

vous rendre visite pour les fêtes de fin d'année de ne pas oublier de mettre dans leur valise une ou deux bonnes bouteilles, histoire de trinquer sans se ruiner pour autant !

Les cadeaux de Noël

Des idées de cadeaux pour les grands ...

Voici quelques pistes pour celles et ceux qui seraient vraiment en panne d'inspiration. Bien sûr, ce n'est pas votre cas ! C'est pour cela que nous n'avons pas développé cette rubrique qui fera l'objet d'autres dossiers dans nos prochaines éditions!

Au Village des Arts Marocains à Oulja, vous trouverez de nombreuses idées de présents à offrir à vos être chers (et ce pour toutes les bourses). Par exemple de très beaux coffres en bois ou en métal peuvent servir de boîtes à bijoux: ("s'il vous plaît Père Noël n'oubliez pas de le remplir !!!") de la vaisselle traditionnelle, des lampes artisanales, du linge de maison brodé… A noter qu'il y a également une belle boutique de produits bio où l'on trouve de l'huile d'argan ou de ghassoul. Pour un effet personnalisé garanti, pourquoi ne pas, réaliser une composition de produits dans le coffre en bois.

Profitez de l'excellent rapport qualité/prix des soins en institut au Maroc pour offrir à votre bien-aimé(e) un moment de détente. Plusieurs instituts proposent des chèques cadeaux, (l'Institut *Frank Provost* au Mégamall, par exemple ou encore plus class le Sofitel).

... et les petits

Vous pouvez trouver les grandes enseignes de jouets pour enfants dans plusieurs centres commerciaux: à *Marjane, Maxi-*

toys ; au Méga Mall et *Label Vie* de la route des Zaërs, *La Grande Récré*.

Au Mahaj Ryad, *Geniusland* propose une gamme de jeux éducatifs intéressants.

Dans l'ensemble, le prix des jouets est plus élevé qu'en France. Certains font donc un crochet par l'Espagne et par Ceuta.

Autre idée : le "Monsieur Tente" de la rue des Consuls. Si vous le croisez en train d'en fabriquer, il peut vous en faire de toutes dimensions. Certains en ont fait faire "taille enfant" qui sont très chouettes. C'est un beau cadeau de Noël (la crèche géante de la cathédrale est réalisée dans une de ces tentes): encore plus s'il est accompagné d'un habit traditionnel: en vente partout dans la Medina!

Bonnes fêtes de Noël à toutes et à tous et n'hésitez pas à nous faire part de nos oublis et de vos découvertes pour en faire profiter les autres l'année prochaine: Merci d'avance!

Dossier de Décembre 2009 revu, corrigé, enrichi!

Pourquoi pleure-t-on quand on coupe l'oignon?

Jadis un fellah (paysan) avait investi toute sa fortune dans l'oignon. Il acheta les semences, laboura, retourna,aéra son champ et planta les semences. Il attendit la pluie.
Il attendit longtemps mais en vain: point de pluie!!!
Excédé, désespéré, le fellah s'assit au milieu de son champ et se mit à pleurer à chaudes larmes. Il pleura tellement que le champ fut submergé par ses larmes. Après avoir épuisé toutes ses larmes, le fellah rentra chez lui, dépité.

Plusieurs jours après, le fellah qui se promenait dans les parages fut surpris de constater qu'il y avait de la verdure dans son champ. Il s'approcha et quelle ne fut pas sa grande sa surprise quand il vit le champ couvert de plants d'oignons. En fait, ce sont ses larmes qui avaient irrigué le champ et pour lui rendre hommage nous continuons de pleurer chaque fois que nous découpons l'oignon.

Pourquoi le hibou se cache-t-il le jour?

A l'origine, Jibraïl dépêcha un ange sur terre pour dire aux chrétiens de jeûner pendant un mois et aux musulmans de jeûner une journée et une nuit. Arrivé sur terre, l'ange intervertit les ordres, mais n'osa pas le dire à Jibraïl. Quand celui-ci découvrit l'erreur de son émissaire, il le transforma en hibou et lui dit : tu resteras sur Terre pendant toute ta vie, tu te cacheras le jour et tu hululeras la nuit!!!

Dany

Côté marché...

La clémentine

Elle doit son nom au Frère Clément. C'est près d'Oran, en Algérie, qu'en 1892, Frère Clément et Louis Trabut, un botaniste français, auraient croisé un mandarinier avec un bigaradier.

C'est en l'honneur de l'homme d'Eglise que le botaniste décida de donner à ce nouveau fruit le nom de « clémentine ».

La clémentine n'a pas de pépins, contrairement à la mandarine. C'est un fruit vert à maturité qui ne devient orange que sous l'effet de la baisse des températures hivernales. Elle est facile à éplucher, sa chair est juteuse et acidulée.

La multiplication se fait par greffage: tous les clémentiniers sont donc des clones!
Le clémentinier est un arbuste de 4 à 6 mètres, à feuilles et à fleurs très parfumées.

La clémentine est principalement cultivée en Espagne, au Maroc, en Tunisie et en Algérie. Le Maroc en produit environ 400 000 à 450 000 tonnes par an, avec une récolte d'Octobre à Mars en fonction de la variété. C'est la Corse qui produit 98 % des clémentines françaises, soit à peine 5 % de la consommation nationale.

Salade de clémentines au confit de canard pour 4 personnes.

1 salade (batavia, laitue, feuille de chêne….),
4 clémentines,
2 cuisses de canard confites,
3 càs d'huile d'olive,
1 càs de vinaigre balsamique, Ciboulette, sel et poivre.

Répartir la salade triée, lavée et essorée dans 4 assiettes creuses.
Ajouter les clémentines séparées en quartiers et terminer par le canard confit coupé en morceaux.
Dans un bol, mélanger l'huile, le vinaigre, du sel et poivre et arroser les salades au moment de servir.
Décorer de ciboulette.

Dinde demi-deuil, petits légumes, sauce champagne pour 6-8

1 dinde d'environ 4kg
8 navets fanes
4 poireaux
1 oignon
1 boule de céleri
8 carottes fanes
1l de bouillon de volaille maison
50g de beurre
25g de truffes
1 œuf
20cl de champagne
15cl de crème fleurette
3 càs de farine
Du thym, laurier et cerfeuil à discrétion.

LA VEILLE : Couper les truffes en lamelles et les glisser sous la peau de la dinde. Garder le jus. Saler et poivrer l'intérieur et y mettre le thym et le laurier,. Envelopper la bête de film et garder au frais toute la nuit.

LE JOUR MÊME : Portez à ébullition le bouillon et y plonger la volaille et l'oignon, couvrir à hauteur avec de l'eau, recouvrer et faire cuire 1h45.
Peler les carottes et les navets en gardant 2cm de fanes, couper les poireaux en deux, le céleri épluché en gros bâtonnets et mettre le tout avec la dinde et cuire 30 minutes.
Egoutter la dinde et les légumes, couvrir de papier aluminium.

Faire fondre le beurre et ajouter la faire, délayer avec le champagne et ajouter 50cl de bouillon filtré petit à petit tout en remuant. Mélanger la crème avec le jus de truffes et un jaune d'œuf, verser dans la sauce et réservez.

Couper la dinde, napper de sauce et servezravec les légumes et décorer de cerfeuil. Servir aussitôt.

Velouté de céleri et son médaillon de homard

1 homard cru de 700-800g,
2 blancs de poireaux
600g de céleri boule,
60cl de bouillon de légumes maison (à défaut un cube)
15cl de crème fleurette,
2 pincées de 4 épices
Un peu de beurre, Sel et poivre.

Plonger le homard dans de l'eau bouillante salée 10 minutes, égoutter, décortiquer les pinces, ôter les carapaces et couper la queue en tronçons. Garder au chaud. Concasser la tête et les carapaces. Les faire bouillir 10 minutes dans le bouillon de légumes.

Nettoyer et émincer les blancs de poireaux. Eplucher et tailler le céleri en morceaux. Faire suer le tout dans un peu de beurre pendant 5 minutes, ajouter le bouillon filtré, rectifier l'assaisonnement, porter à ébullition et laisser mijoter environ 20 minutes. Incorporer la crème et les 4 épices. Poursuivre la cuisson 5 minutes jusqu'à frémissement et mixer. Verser le velouté dans des soupières individuelles chaudes, ajouter un tronçon de homard et servir aussitôt.

Concours photos

VOTRE PLUS BELLE DECOUVERTE: Vos photos de ce qui vous a le plus ébloui, émerveillé étonné ou surpris ces derniers temps, ces dernières années au Maroc. Merci de nous avoir partagé vos découvertes!

Au bout du monde...A Telouet uniquement accessible en 2009 par une piste vertigineuse, deux sourires timides à Dorothée.

Casque haute protection posé sur le voile et trois personnes: Y'a pas de problème. Nathalie

C'est la 1ère fois que je vois un chat mendiant, il joignait ses pattes avant pour quémander à manger ! Et ça marche : le boucher lui a lancé des morceaux de viande, alors que ses congénères n'ont rien eu ! Alexia

Ma grande découverte, devenue ma passion: les chargements au Maroc: Ce chargement improbable et plus que bancal n'a vraiment pas l'air de gêner la maréchaussée!
Isabelle

Pourquoi prendre des déménageurs professionnels! Coulchi mzien...

Tout le monde les connait par cœur mais moi je ne me lasse pas de ces vendeurs de fils et de leurs magasins si bien rangés et si lumineux!!

Rescapés se désaltérant...

"La semeuse d'or" Vielle femme berbère dans les champs aux environs d'Imilchil, chargée au délà du raisonnable de fourrage pour les bêtes. J'ai modifié cette photo pour donner l'illusion qu'elle sème un bien important (de l'or), car en rapportant sa hôte c'est la vie qu'elle sème pour ses bêtes.

Yvan

Une petite page pub!

L'équipe Com se présente!

Les 3 C, venues d'horizons différents, n'avaient aucune raison de se rencontrer un jour ni même de travailler bénévolement ensemble. La première, une toulousaine pure souche perdue dans ce monde de fou qu'est la région parisienne, la seconde nantaise revenant du magnifique pays des Inuits où il fait toujours froid et la troisième sudiste qui sortait enfin de son village en abandonnant ses chèvres.
Et pourtant grâce à leurs époux qui les font voyager, elles se sont retrouvées à Rabat City au cours de différents cafés, apéritifs voire même soirées déguisées mais ce fût surtout Charlie qui décida de les réunir.

Leur mission : vendre des encarts publicitaires sur le journal et/ou le site internet de leur association préférée (même les deux en même temps c'est possible), proposer à des personnes ayant besoin de faire connaître leur activité, des annonces professionnelles sur le nouveau site de Rabat Accueil.

Pour atteindre leur mission, elles ont établi une grille tarifaire qui est la suivante :

Publicité: Spécial annonceurs

Publications journal : pour une publication: 800 dhs / annuel : 2000 dhs
Publications site internet : 1700dhs annuel / 1200 annuel avec avantages offerts aux adhérents de Rabat Accueil
Petites annonces pro sur le site internet : 450 dhs /trimestre
Pack journal + internet : par an 3000 dhs / 2500 dhs annuel avec avantages
Mailing ponctuel: Adhérents: 200 dhs/ Non adhérents: 400 dhs
Pour les demandes particulières, contactez nous.
Pour plus d'informations:
Céline Gerin (06 53 64 62 73)
Claire Fabien (06 61 47 06 17)
Clémence Bordier-Garnier (06 51 82 27 47)

Carte d'adhérent Rabat Accueil…
Les avantages

Dunes et Désert: L'agence Dunes et Désert propose des prix spéciaux aux adhérents de Rabat Accueil pour les voyages qu'elle organise dans le sud Marocain. Osez rêver ! Osez Dunes & Désert ! Pour plus d'informations et bénéficier des **offres spéciales** réservées aux adhérents de Rabat Accueil, **contactez personnellement et directement** Vanessa Ratouly à Rabat.
Email: vanessa@dunesdésert.com Tel: 06 44 49 63 61

Must Coiffure: 20% de remise sur la prestation coupe-shampoing-brushing sur présentation de la carte d'adhérent RA
Offre valable jusqu'au 15 déc 2011 (une nouvelle offre arrive!!)
72 rue Abou Der - Agdal Tel: 05 37 67 45 90

Presse café: Pour tout achat sur place ou à emporter d'une valeur de 100 DHS et sur présentation de la carte d'adhérent RA, remise de **10%** sur le montant total.
5 rue Ennakhil à Hay Riad.

ETM: Cours de Darija Tarifs préférentiels pour les adhérents de Rabat Accueil 1700 dh la session de 30 h au lieu de 1900 dh.

Almélia: 20 % pour tous les adhérents sur : - les massages, les soins esthétiques (visage, corps, ongles, pieds et mains) et le salon de coiffure,

Une petite page pub!

J'ai décidé d'être gentille !....

Nous avions la fête des mères, des grands –mères, la journée de la femme… Et puis, maintenant, la journée de la gentillesse, le 13 novembre ! Après le premier sourire un brin moqueur passé, je me suis dit que prendre un peu d'avance sur les bonnes résolutions de l'année 2012 ne me ferait finalement pas de mal et qu'être gentille au moins une journée pourrait être agréable pour mon entourage !

J'ai donc décidé de devenir la mère, l'épouse, la copine la plus gentille du monde ! Comment aurai-je pu deviner qu'il était beaucoup plus facile d'être râleuse, feignante, futile, médisante et égoïste et que ce n'était pas un hasard, finalement, si la gentillesse était tombée peu à peu en désuétude ! Parce qu'être quelqu'un « qui a des dispositions à être agréable à autrui, sociable, obligeant, attentionné » n'est pas chose aisée et j'en ai vite pris conscience !!

Tout d'abord avec mes enfants : pétrie de bonnes intentions et au lieu de les coller devant un dessin animé pour pouvoir répondre tranquillement aux mails des copines, me voici partie au parc avec eux. Et de m'extasier des prouesses acrobatiques de la grande et de refaire le millième tour de tobbogan avec la plus jeune…Poussant le zèle, je propose même une partie de foot, au plus grand plaisir de mes chères têtes blondes, mais au détriment… de mes superbes bottes !! Qu'à cela ne tienne, je garde le sourire et ma bonne humeur et pousse même le vice, que dis-je la gentillesse, jusqu'à confectionner un succulent gâteau au chocolat avec elles ! Epuisant ! Mais le sentiment d'avoir été une bonne mère l'emporte finalement !

Maintenant : Chouchou ! Et bien oui, être gentille c'est aussi l'être avec son époux et là, vous avez le choix : ne pas oublier d'aller récupérer son costume au pressing, lui acheter du boudin noir alors que vous détestez ça, être disponible quand il rentre le soir pour écouter sa dure journée de labeur (en ayant vraiment l'air absorbée, ça c'est important !), lui prendre rendez-vous pour un petit massage au lieu d'être la seule à en bénéficier….Bref, vous avez l'embarras du choix pour vous transformer en épouse attentionnée et disponible…J'attire toutefois votre attention : là encore, faute d'entrainement, la tâche peut sembler un peu ardue et de nombreux pièges peuvent survenir (une irritation soudaine, une bouffée de mauvaise foi..) mais si j'y arrive, vous pouvez y arriver aussi !!

Ensuite, il est temps de devenir (ou redevenir) la vraie bonne copine ! Vous savez, celle qui écoute, qui n'oublie ni les fêtes, ni les anniversaires, qui fait

partager ses bons plans, qui appelle pour un petit déjeuner entre filles, qui organise les fêtes les plus amusantes, qui vous récupère vos enfants pour que vous puissiez passer une petite soirée en amoureux….Bref, la fille sympa, drôle et humble que tout le monde s'arrache ! Oui, je sais, là encore ce n'est pas facile ! Donc, ne pas hésiter à prendre son téléphone pour lancer des invitations, se proposer pour organiser une activité (et essayer de ne pas le regretter la minute suivante !), prendre des nouvelles du petit dernier qui a les oreillons, s'extasier pendant une heure sur les nouvelles plantations de votre voisine alors que vous vous fichez éperdument du jardinage !...La liste est longue et non exhaustive. Mais là encore, être gentille demande effort et abnégation mais je vous assure qu'après quelques semaines, on finit même par être gentille sans y penser ! Enfin, c'est ce qu'on m'a dit !

Enfin, il ne faudra pas non plus négliger de téléphoner à sa belle-mère, écouter les conseils culinaires de sa belle-sœur sans broncher et avec le sourire, les monologues incessants de sa maman…

J'allais oublier le dernier point, et non l'un des moindres : être une gentille citoyenne ! Pour le coup, c'est assez simple : si pendant toute une journée vous parvenez à ne pas hurler au volant de votre voiture ou si vous évitez le scandale après que la huitième personne de la journée aura tenté de vous passer devant dans la file de la boulangerie, c'est que vous êtes sur la bonne voie !! Là encore, les petits exercices d'entrainement ne manquent pas et je ne doute pas que vous trouviez très vite une façon de mettre à l'épreuve votre gentillesse !

Etre gentille est gratifiant et merveilleux pour votre entourage, je vous assure !

Pour ma part, j'ai tenu trois jours !

Depuis, j'ai repris mes bonnes vieilles habitudes : je mange tous les chocolats de mes enfants en douce devant Gossip Girl (plein de filles très très méchantes !), j'oublie les cravates de mon mari au pressing, je prétexte des réunions pour ne pas parler au téléphone avec ma belle-mère et j'ai osé faire mon coming-out sur le jardinage avec ma voisine ! J'ai même été jusqu'à oublier l'anniversaire de ma meilleure amie !

Parce qu'être gentille c'est bien, mais ce n'est pas drôle ! Et puis, pour que les gentilles soient gentilles, il faut bien qu'il y ait des pestes, non ?!...Pour ma part, j'ai définitivement choisi mon camp ! Et vous ?

Vanessa

A noter

Le Passeport Bénévole: c'est quoi?

Au quotidien Rabat Accueil fonctionne grâce à l'engagement de ses bénévoles: accueil, animation des équipes, organisations d'évènements, rédaction, comptabilité, site internet. Cet engagement bénévole constitue parfois un parcours de plusieurs années, dans des fonctions successives ou lors de différents séjours à l'étranger.

Un départ en expatriation constitue fréquemment une parenthèse dans le parcours professionnel du conjoint. S'engager bénévolement au sein d'un Accueil est formateur et représente alors une réelle opportunité pour s'investir et agir concrètement. Les compétences mobilisées sont souvent similaires à un travail rémunéré. Le bénévole découvre des environnements très divers et complexes, ce qui stimule particulièrement ses capacités d'adaptation et sa créativité. Le bénévolat permet ainsi de garder une « employabilité » professionnelle.

Le Passeport Bénévole va apporter des informations utiles pour postuler à un emploi salarié.

C'est donc pratique et utile pour chacun. **Grâce au Passeport Bénévole**, l'expérience bénévole peut enfin être reconnue.
Ce document suit le bénévole tout au long de son parcours de bénévolat. Il permet :

- de décrire précisément chacune des missions réalisées bénévolement
- de faire certifier par chacune des associations que la mission a bien été réalisée
- de décrire les démarches de formation suivies grâce aux associations bénéficiaires
- et de lier tous ces éléments au profil du bénévole

Le Passeport Bénévole bénéficie de l'appui de l'ANPE, du Ministère de l'Education Nationale, du Ministère de la Santé, de la Jeunesse et des Sports, ainsi que de l'AFPA. Il est reconnu comme pièce justificative pour les dossiers VAE du Ministère de l'Education Nationale et de l'AFPA. Il rentre dans le cadre des démarches d'accompagnement à la Validation des Acquis de l'ANPE.

Si cela vous intéresse, proposez « vos services » et demandez-nous un passeport…

Vous ferez ainsi bénéficier l'asso de vos compétences et de votre savoir faire et **valoriserez votre expérience pour plus tard.**

Alors ceci peut vous intéresser!

On a tous des compétences cachées ou non... Il faut en faire profiter les autres! Rabat Accueil recherche des bénévoles pour des ateliers qui ont eu beaucoup de succès mais dont les responsables ont quitté le Maroc. Ce serait dommage de laisser tomber ces activités!
Qui voudrait donc s'occuper :

Des soirées jeux?
Du tennis?
De l'équitation?
Du bridge?
De l'atelier floral?
De l'atelier œnologie?

Et qui voudrait intégrer l'équipe de réalisation du Guide d'accueil?

Nombreux sont ceux qui se sont lancés dans l'aventure: c'est que ce doit pas être bien compliqué et que c'est sympa non? Alors qui veut?

Contactez nous: 06 19 48 53 05
rabataccueil@gmail.com

A noter

NOUVEAUTÉ

Prochaine expo Photos.

Envoyez-nous vos photos qui seront publiées dans le prochain journal en Avril.
Deux thèmes pour cette fois ci!
Noël au Maroc
et un thème qui sera d'actualité:
Faites le plein d'Amour au Maroc: « des amoureux sur des bancs publics, bancs publics…. », un geste, une action, un dessin, une scène, un paysage aux couleurs de la Saint Valentin. Une photo qui représente l'Amour pour vous…

Pensez-y, envoyez-nous vos clichés:
idechateauvieux@gmail.com
rabataccueil@gmail.com

Le courrier des lecteurs

Envoyez-nous vos remarques, vos sentiments, vos suggestions, vos idées sur le journal mais aussi sur votre vie au Maroc, sur vos découvertes, vos joies et vos déceptions. Faites-nous part de vos humeurs, de vos bonnes adresses, de vos découvertes.!

NOUVEAUTÉ

Janvier
.Café mensuel: Venez déguster des galettes des rois chez Sybille
.Soirée littéraire
Février
.Soirée bowling
Mars
8 mars: Expo des élèves de Monsieur Mansouri
.Rallye dans la médina pour les confirmés

Vacances	MAROC	FRANCE
Rentrée	mardi 6-09-2011	Lundi 05/09/11
Aïd el Fitr	Lundi 7 novembre	
Vacances d'automne	Du samedi 29/10 au mercredi 09/11 au matin	Du samedi 22/ 10 au jeudi 3/11
Noël	du samedi 17/12 au mardi 3/01	du samedi 17/12 au mardi 3/01
Hiver	du samedi 18/02 au lundi 05/03 au matin	Zone A : du samedi 11/02/12 au lundi 27/03/12 Zone B : du samedi 25/02/12 au lundi 12/03/12 Zone C : du samedi 18/02/12 au lundi 05/03/12
Printemps	du samedi 21/04 au lundi 07/05 au matin	Zone A : du samedi 07/04 au lundi 23/04 Zone B : du samedi 21/04 au lundi 07/05 Zone C : du samedi 14/04 au lundi 30/04
Sortie	vendredi 30/06/12	samedi 02/07/11

Zone A : Caen, Clermont-Ferrand, Grenoble, Lyon, Metz, Montpellier, Nancy, Nantes, Rennes, Toulouse
Zone B : Amiens, Aix-en-Provence, Besançon, Dijon, Lille, Limoges, Marseille, Nice, Orléans, Poitiers, Reims, Rouen, Strasbourg, Tours
Zone C : Bordeaux, Créteil, Paris, Versailles
Retrouvez les jours fériés marocains sur www.rabataccueil.org (Vie pratique)

Urgences

Police	190
Gendarmerie	177
Pompiers	150
Samu Rabat	05.37.73.73.73
SOS Médecin	05.37.20.21.23

Transports

Aéroport Rabat	05.37.80.80.90
Aéroport Casa	05.22.53.90.40
RAM	0890.00.08.00
Air France	0890.20.18.18
Jet4You	0802 044 044
ONCF	0890.20.30.40
Autocars Maroc	05.37.74.33.44
Sabots Parking	05.37.66.14.74

Dépannage

Maroc Télécom	05.37.71.90.00/115
Rédal	05.37.26.00.26

Consulats/Ambassades

France:	05.37.26.91.81
Canada:	05.37.68.74.00
Suisse:	05.37.26.80.30
Belgique:	05.37.26.80.60
USA:	05.22.26.71.51

Centres Culturels

France:	05.37.68.96.50
Italie:	05.37.76.68.26
Cervantes	05.37.70.87.38
Goeth	05.37.73.26.50
Villa des Arts	05.37.66.85.79
Théatre Med V	05.37.20.83.16

Loisirs & Sports

Golf Dar Es salam	05.37.75.58.64
Club Equestre	05.37.75.44.25
Poney Club	05.37.66.63.63
Wifaq	05.37.75.45.39
Ryad Club	05 37 67.39.59

Ecoles

Descartes	05.37.68.91.20
Chénier	05.37.72.45.21
St Exupéry	05.37.75.01.07
Camus	05.37.76.53.39
Cezanne	05.37.67.26.37
Malraux	05.37.70.47.82
Ronsard	05.37.76.27.78

Rabat American School
05.37.67.14.76